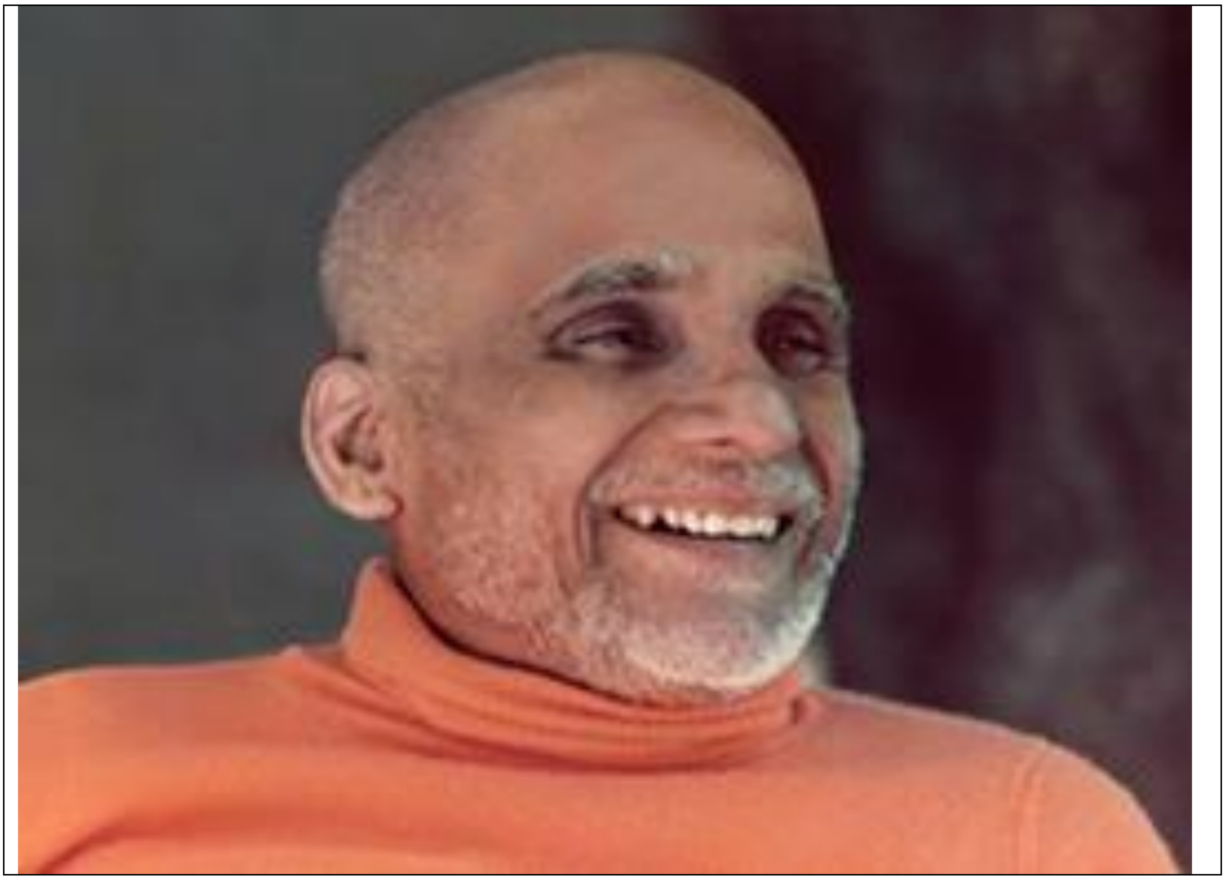


स्वामी कृष्णानंद,

दि डिव्हाईन लाइफ सोसायटी,

सिवानंद आश्रम, ऋषिकेश, भारत.

संकेतस्थळ : www.swami-krishnananda.org

विषय सूची

0.2 प्रकाशकाचे दोन शब्द

ह्या पुस्तकात, 1968 साली स्वामी कृष्णानंदांनी, 'माण्डूक्य उपनिषदातील तत्वज्ञान व शिकवण' या विषयावर, उत्स्फूर्तपणे दिलेल्या, व्याख्यानांचा संग्रह केला आहे.

पहिल्या विभागात, 'ॐ' या रहस्यमय चिन्हाचा (किंवा प्रणवाचा) अर्थ तसेच; त्याचा परिपूर्ण ब्रह्माशी असलेला संबंध, स्पष्ट करणारी व त्यावर भाष्य असलेली व्याख्याने, अंतर्भूत केली आहेत.

दुसऱ्या विभागात, उपनिषदांनी 'वैश्विक अस्तित्व, वैश्वानर किंवा विराट', यांचे जे नैसर्गिक गुणधर्म/स्वभाव चित्रीत केले आहेत, त्याविषयी स्पष्टीकरण दिले आहे.

तिसऱ्या विभागात, स्वप्न व झोप यातील रहस्य, तसेच त्यांच्याशी साम्य असलेली, पण वैश्विक अशा 'हिरण्यगर्भ' नावाने दर्शविलेल्या, दैवी / ईश्र्वरी, नित्य, सर्वव्यापी अशा अस्तित्वाविषयीची प्रस्तावना केली आहे.

चौथ्या विभागात, झोपेचे सखोल/गूढ महत्व व झोपेचा मनुष्यातील आत्म्याच्या नैसर्गिक गुणधर्माशी/स्वभावाशी असलेला संबंध स्पष्ट करून त्याचा अर्थ लावला आहे.

पाचवा विभाग ईश्वर किंवा ब्रह्मांडाचा सर्वश्रेष्ठ जगन्नियंता/परमेश्र्वर, त्याचा स्वभाव/गुणधर्म या विषया-भोवती केंद्रीत झाला आहे.

सहावा विभाग राजेशाही चरित्र असलेल्या, परिपूर्ण सत्याशी ज्याला इंद्रियातीत अस्तित्व म्हणता येईल, संबंधित आहे.

सातवा विभाग म्हणजे समारोपाचा गोषवारा आहे, ज्यामध्ये 'ॐ' किंवा 'प्रणव' याचे चार घटक आणि परिपूर्ण सत्य किंवा जाणीवेच्या चार अवस्था यातील सुसंवाद सांगितला आहे, आणि हाच 'माण्डूक्य' उपनिषदाचा विषय आहे.

या पुस्तकात, तत्वज्ञान व अध्यात्मिक जीवनाच्या विद्यार्थ्यांना, उपनिषदांचे नेटक्या भाषेतील सार व मानवी विचारांचा सर्वोच्च बिंदू, जो प्राचीन काळातील ऋषींनी अनुभवला होता, तोच भेट दिला आहे असे सापडेल.

—द डिव्हाईन लाइफ सोसायटी
शिवानंदनगर
16 नोव्हेंबर, 1996.

0.3 प्रस्तावना

ध्यानासाठी साधकाच्या मनाला प्रशिक्षण देऊन, त्याला क्रम-मुक्तीच्या मार्गावर अग्रेसर करून, त्याच्या आत्म्याचा अंतिम सत्याशी सुसंवाद करविणे, यासाठी 'ॐ' या गूढ अक्षराचे स्पष्टीकरण करणे, हाच माण्डूक्य उपनिषदाचा विषय आहे.

ॐ ध्यानाचा पाया 'वैश्वानर' विद्येत स्पष्ट करून सांगितला आहे. हे सार्वत्रिक अस्तित्वाच्या ज्ञानाचे रहस्य आहे, ज्याला 'वैश्वानर' असे नाव दिले आहे. ह्या रहस्याचे सोपे रूप म्हणजे, सर्व मानवी गुणधर्मांचे स्थानांतरण/समर्पण दैवी अस्तित्वाला करणे; तसेच दैवी अस्तित्वाकडून मानवाकडे सर्व गुणधर्म कसे आले, हे बुध्दीने समजून घेणे होय.

या ध्यानात साधक असे मनन/चिंतन करतो की, त्याचे शरीर म्हणजे विश्वच आहे. जेव्हा साधक त्याच्या शरीराविषयी मनन/चिंतन करतो, तेव्हा तो त्याच्या उजव्या डोळ्याविषयी, डाव्या डोळ्याविषयी, उजव्या हाताविषयी, डाव्या हाताविषयी, उजव्या पायाविषयी, डाव्या पायाविषयी, डोक्याविषयी, हृदयाविषयी, पोटाविषयी आणि शरीराच्या सर्व अंगांविषयी एकाच वेळी व एकदमच जागरूक होतो; तसेच त्याच्या शरीराच्या या विविध अंगांना तो कोणत्याही प्रकारे एकमेकांपासून वेगळे न मानता, ही विविध अंगे जरी वरवर/दृष्टीला वेगवेगळी दिसली, तरी ती सर्व अंगे एकाच व्यक्तीमत्वाशी जोडलेली आहेत, असे समजतो.

तसेच या 'वैश्वानर' विद्येत साधक त्याच्या शरीराच्या/मनाच्या पातळीवरील जाणीव/जागरूकता सार्वत्रिक अस्तित्वाच्या पातळीवर नेऊन त्याच्याशी संलग्न होतो. साधक त्याच्या स्वत:ला एक वैयक्तिक शरीर असे न समजता/मनन-चिंतन न करता, मी स्वत: ते सार्वत्रिक अस्तित्वच आहे, असेच समजतो/मनन-चिंतन करतो. या सार्वत्रिक अस्तित्वाचा उजवा डोळा म्हणजे सूर्य, डावा डोळा म्हणजे चंद्र, दोन्ही पाय म्हणजे पृथ्वी, डोके म्हणजे स्वर्ग, हात म्हणजे पंचमहाभूते इत्यादि. साधक अशा वर्णनाचे सार्वत्रिक अस्तित्व म्हणजे माझे शरीर आहे असे समजतो/मनन-चिंतन करतो. यामुळे या विश्वातील सर्व गोष्टींनी त्या 'विराट' किंवा 'वैश्वानर' याचे शरीर बनलेले आहे, तसेच या विश्वातील एकही गोष्ट अशी नाही की जी त्या 'विराट' किंवा 'वैश्वानर' याच्या शरीराचा भाग नाही, हे त्याच्या लक्षात येते.

जेव्हा साधकाला त्याच्यासमोर हे अफाट विश्व दिसते, तेव्हा त्याने विश्वाच्या त्या भागाशी संबंधित असलेला त्याच्या शरीराचा भागच पाहावा. सूर्याकडे बघताना आपला उजवा डोळा बघावा/लक्षात घ्यावा. वर स्वर्गाकडे बघताना आपले डोके बघावे/लक्षात घ्यावे. इतर लोकांच्या हालचाली बघताना आपल्या व्यक्तीमत्वातील विविध भाग बघावे/लक्षात घ्यावे. विश्वातील अफाट वारा म्हणजे साधकाचा श्वास आहे. साधकाच्या सर्व क्रिया म्हणजे विश्वाची हालचाल आहे. या विश्वातील कोणतीही वस्तू हालते, ती साधकाच्या क्रियेमुळेच. साधकाचा श्वास म्हणजे विश्वाची जीवनाला अत्यावश्यक शक्ती आहे. साधकाची

बुध्दी म्हणजे विश्वाची बुध्दी आहे. साधकाचे अस्तित्व म्हणजे विश्वाचे अस्तित्व आहे. साधकाचा आनंद म्हणजे विश्वाचा परमानंद आहे.

"माण्डूक्य उपनिषदात", जरी साधकाने त्याच्या शरीरातील अंगाना, वैश्विक शरीराच्या भागाशी कसे ओळखावे/जोडावे याची प्रतिकात्मक उदाहरणे दिली आहेत, तरी साधक या उदाहरणांशिवाय वेगळी उदाहरणे निवडू शकतो. या विश्वात "माण्डूक्य उपनिषदात" सांगितलेले भागच आहेत असे नाही. याखेरीज इतर गोष्टी/भाग साधकाला मनन/चिंतन करताना लक्षात येऊ शकतात. त्यामुळे साधक अशा जोड्या मनात ठरवून ध्यानाला सुरवात करू शकतो.

जेव्हा साधक त्याच्या खोलीत बसलेला असतो, तेव्हा सर्वप्रथम, त्याच्या आजूबाजूला विखुरलेल्या वस्तू त्याचे लक्ष आकर्षून घेतात. जेव्हा साधक या वस्तूंचा त्याच्या शरीराशी मानसिक संबंध प्रस्थापित करून, त्यांना त्याच्या वैश्विक शरीराचा भाग असे ओळखतो, तेव्हा त्याच्या लक्षात येते की, त्याच्या खोलीच्या बाहेरही काही वस्तू आहेत. अशाच रितीने साधक त्याच्या जाणीवेचा विस्तार, हळुहळू या संपूर्ण पृथ्वीपर्यंत करू शकतो. त्यानंतर साधक त्याच्या जाणीवेचा विस्तार पृथ्वीपलीकडील आपली सूर्यमाला तसेच त्यापलीकडील ताऱ्यांच्या प्रदेशातही, व जोपर्यंत त्याचे मन पोहचू शकते, तोवर जाणीवेचा विस्तार करू शकतो.

अशा रितीने साधकाचे मन ज्या ज्या गोष्टींचा/वस्तूंचा विचार करू शकते, त्या त्या गोष्टी/वस्तू साधकासाठी दिसणाऱ्या/स्पर्श करता येणाऱ्या गोष्टी/वस्तू बनतात. साधकाने या गोष्टींचा/वस्तूंचा त्याच्या शरीराशी मानसिक संबंध प्रस्थापित करून त्या गोष्टींना/वस्तूंना त्याच्या वैश्र्विक शरीराचा भाग असे ओळखावे.

आणि ज्या क्षणी एखादी बाह्य वस्तू, त्या वैश्विक शरीराचा भागच आहे, अशी कल्पना साधकाचे मन करते, त्या क्षणानंतर ती वस्तू मनाला सतावू/त्रास देऊ शकत नाही; कारण ती वस्तू बाह्य न राहता, ती वस्तू साधकाच्या वैश्विक शरीराचा भागच बनते. जेव्हा एखादी बाह्य वस्तू, त्या साधकाच्या शरीराचा भाग बनते, तेव्हा ती वस्तू त्रास देत नाही ती वस्तू बाह्य न राहता साधकाचा भागच (कर्ता=साधक) बनते.

वैश्वानर विद्येत अशा प्रकारे बाह्य वस्तूचे रूपांतरण वैश्विक कर्त्यात केले जाते.

या वैश्वानर विद्येचा उगम ऋग्वेदातील पुरूष-सुक्तात आहे, जे सुप्रसिध्द आहे. या पुरूष-सुक्ताची सुरवातच अशी आहे - 'या विश्वातील सर्व मस्तके, सर्व डोळे, आणि सर्व पाय जे दिसतात; खरे तर त्या वैश्विक पुरूषाचे किंवा विराट पुरूषाचे मस्तक, डोळे व पाय आहेत'. तो विराट पुरूष, शांततेत एका मस्तकाने होकार दर्शवितो, तर त्याच्या दुसऱ्या चेहऱ्यात हास्य असते, तर तिसऱ्या चेहऱ्याने तो अत्यंत रागाने कपाळाला आठ्या घालून नापसंती व्यक्त करतो. तो विराट पुरूष, एका रूपात बसलेला असतो,

तर दुसऱ्या रूपात तो हालचाल करतो, तिसऱ्या रूपात तो जवळ असतो, तर चौथ्या रूपात तो लांब असतो.

अशा रीतीने, बाह्य विश्र्वात दिसणारी सर्व रूपे, त्या रूपांच्या सर्व हालचाली/क्रिया/कृती, प्रक्रिया, संबंध हे सर्व काही त्या वैश्विक शरीराचे/पुरूषाचे भागच/अंगच होतात; आणि साधकाने स्वत:ची जाणीव ही त्या वैश्विक पुरूषाचीच जाणीव आहे, असे ओळखावे/समजावे. असे जेव्हा खरोखर होईल, तेव्हा साधकाचा विचार हा विश्वातील सर्व गोष्टींबाबतच असेल, तो दाही दिशांनी केलेला असेल असे नाही, तर तो विचार प्रत्येक मार्गाचा/रस्त्याचा/गल्लीचा केलेला विचार असेल.

छांदोग्य उपनिषदात या वैश्वानर विद्येच्या माहितीचा शेवट करताना असे म्हटले आहे की, 'या पध्दतीने जो साधक, त्याच्या वैश्विक व्यक्तिमत्वावर म्हणजे "वैश्वानरावर" ध्यान करतो, तो साधक सर्व मनुष्यांच्या उदरनिर्वाहाचा स्त्रोत बनतो'. जशी सर्व लहान मुले भुकेली असताना, अन्न मागत, त्यांच्या आईच्या सभोवताली बसतात, तसेच अशा साधकाभोवती या विश्र्वातील सर्व मनुष्ये, त्याच्याकडून आशिर्वाद मिळविण्याची तीव्र इच्छा ठेवून गोळा होतात. आणखी जसे शरीराने अन्नग्रहण केल्यावर त्या शरीराच्या सर्व भागांचे एकदम पोषण होते, तसेच अशा साधकाने अन्नग्रहण केल्यावर, तो साधक लगेचच त्याचे आशिर्वाद सर्व विश्र्वाला देतो, कारण असा साधकाचे अस्तित्व सर्वांगीण/वैश्विक झालेले असते.

आपल्याला भगवान श्रीकृष्णांची, यासंदर्भातील खालील कथा नक्कीच आठवत असेल - जेव्हा काम्यका नावाच्या जंगलात, पांडवांसह राहात असताना द्रौपदीने, दुर्वासमुनींच्या कोपापासून वाचविण्यासाठी श्रीकृष्णांची प्रार्थना केली होती. थाळीत राहिलेला अन्नाचा एक कण द्रौपदीच्या हातून घेऊन श्रीकृष्णांनी खाल्ला, ज्यामुळे अखिल विश्वाचे पोषण/संतुष्टीकरण झाले व दुर्वासमुनींच्या कोपापासून ती बचावली. कारण श्रीकृष्णानी त्या वेळी विराट/वैश्विक पुरूषाशी तादात्म्यता साधली होती. तसेच हे ही खरे आहे की, जेव्हा कोणताही एखादा साधक त्या विराट/वैश्विक पुरूषावर ध्यान करायला लायक होतो/ध्यान करू शकतो; तेव्हा तो साधक स्वत: विराट/वैश्विक पुरूषच बनतो.

अशा साधकाशी सर्व विश्व मैत्रीचे संबंध प्रस्थापित करते. सर्व अस्तित्वे या विराट/वैश्विक पुरूषच बनलेल्या साधकाकडून उदरनिर्वाहाची व आशिर्वादाची मागणी करतील. असा साधक मनुष्यच न राहता, तो स्वत: खरोखर परमेश्वरच बनतो. 'वैश्वानर' विद्येप्रमाणे वैश्वानरावर ध्यान करून साधक स्वत: 'वैश्वानर' किंवा सर्वोच्च 'विराट पुरुष' च बनतो.

0.4 प्रार्थना व मंत्र

प्रार्थना

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा
भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाꣳसस्तनूभि-
र्व्यशेम देवहितं यदायुः
स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः
स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः
स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

ॐ. या शांती मंत्राच्या सुरवातीला ॐ या बीजाक्षराने परमेश्वराचे, परब्रह्माचे स्मरण केले आहे.
हे चमकणाऱ्या/प्रकाशित करणाऱ्या ॐ कारा, जे शुभ/मंगल आहे ते आम्हाला कानांनी ऐकू येऊ दे.
हे ॐकारा, पूजा करण्यास तू योग्यच आहेस, जे शुभ/मंगल आहे ते आम्हाला डोळ्यांनी पाहता येऊ दे.
आम्हाला बलवान अंग/बाहू/अवयव असलेल्या शरीराची तू भेट/देणगी दे/देण्याची कृपा कर.
या शरीराने तू दिलेल्या संपूर्ण आयुष्याचा वापर तुझी स्तुति करीतच होवो.
इंद्रदेव, ज्यांची किर्ती नेहमीच वाढत असते, आमचे शुभ/मंगल करो.
पूषन् देव म्हणजे सूर्यदेव, जो सर्वकाही जाणतो, आमचे शुभ/मंगल करो.
तारकष्य देव - गरूड, जो सर्व अरिष्टांचा/दुष्टांचा नाश करतो, आमचे शुभ/मंगल करो.
व्यापक वाणीचा देव - बृहस्पती, आम्हाला आमचे शुभ/मंगल होईल, असा आशीर्वाद देवो.
ॐ, आमचे शरीर शांत होवो, आमचे मन शांत होवो, आमची बुध्दी शांत होवो, तसेच आधिभौतिक, आधिदैविक व आध्यात्मिक अशा तिन्ही पीडांपासून आम्हाला शांती मिळो असा आहे. आधिभौतिक दुःखे म्हणजे जंगली श्वापदे, शत्रू यांच्यापासून होणारे त्रास. आधिदैविक दुःखे म्हणजे पूर, भूकंप, वणवा अशा नैसर्गिक किंवा दैवी आपत्ती आणि आध्यात्मिक दुःखे म्हणजे शारीरिक व मानसिक आजार.

मंत्र

ॐ इत्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्योपव्याख्यानं
भूतं भवद् भविष्यदिति सर्वमोङ्कार एव
यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदप्योङ्कार एव ॥ १॥

१. ॐ ! हा अविनाशी (अमर) शब्द म्हणजेच हे संपूर्ण दिसणारे विश्व/जग आहे. याचे स्पष्टीकरण असे की :- जे काही होऊन गेले, जे काही होत आहे, जे काही होणार आहे, - खरोखर हे सर्व ॐ आहे. आणि जे या तीन काळांच्या/वेळांच्या (भूतकाळ, वर्तमानकाळ, भविष्यकाळ) अवस्थांपलीकडे आहे, - ते सर्व, खरोखर ॐच आहे.

सर्वं ह्येतद् ब्रह्मायमात्मा ब्रह्म सोऽयमात्मा चतुष्पात् ॥ २॥

२. हे सर्वकाही खरोखर ब्रह्म आहे. आत्मा/स्व/आपण-स्वत: ब्रह्मच आहे/आहोत. या आत्म्याचे चार भाग/घटक आहेत.

जागरितस्थानो बहिष्प्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः
स्थूलभुग्वैश्वानरः प्रथमः पादः ॥ ३॥

३. आत्म्याच्या पहिल्या भागाचे नाव 'वैश्वानर' असे आहे. त्याचे कार्यक्षेत्र जागृत अवस्था हे आहे. या अवस्थेतील जाणीव/जागरूकता ही बाहेर वळलेली/जाणारी (बाह्य गोष्टींचे ज्ञान देणारी) असते. त्या अवस्थेला सात अवयव व एकोणिस तोंडे आहेत. त्या अवस्थेला स्थूल वस्तूंपासून मिळणारा आनंद आवडतो.

स्वप्नस्थानोऽन्तः प्रज्ञाः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः
प्रविविक्तभुक्तैजसो द्वितीयः पादः ॥ ४॥

४. आत्म्याच्या दुसऱ्या भागाचे नाव 'तैजस' असे आहे. त्याचे कार्यक्षेत्र स्वप्न अवस्था हे आहे. या अवस्थेतील जाणीव/जागरूकता ही आत वळलेली/जाणारी (आतील गोष्टींचे ज्ञान देणारी) असते. त्या अवस्थेला सात अवयव व एकोणिस तोंडे आहेत. त्या अवस्थेला सूक्ष्म वस्तूंपासून मिळणारा आनंद आवडतो.

यत्र सुप्तो न कञ्चन कामं कामयते न कञ्चन स्वप्नं
पश्यति तत् सुषुप्तम् । सुषुप्तस्थान एकीभूतः प्रज्ञानघन
एवानन्दमयो ह्यानन्दभुक् चेतो मुखः प्राज्ञस्तृतीयः पादः ॥ ५॥

५. आत्म्याच्या तिसऱ्या भागाचे नाव 'प्राज्ञ' असे आहे, ज्या अवस्थेत एखादा झोपलेला असताना, तो कशाचीही इच्छा करीत नाही किंवा कोणतेही स्वप्न पहात नाही, म्हणजेच तो गाढ झोपेत असतो. या गाढ झोपेतील अवस्थेत, तो अविभाजीत, (ज्याचे भाग/तुकडे नाहीत असा), अभेद (ज्यात फरक करता येणार नाही असा), प्रचंड अशा चैतन्याचा/चेतनेचा/जाणीवेचा/सावधानतेचा समुदाय/रास/समूह/ढीगच होतो, ज्याच्यामध्ये फक्त परमानंदच (परमोच्य आनंदच) असतो, व ज्याचे खाद्य परमानंद हेच असते. चैतन्य/चेतना/जाणीव/सावधानता हे या प्राज्ञ अवस्थेचे तोंड असते.

एष सर्वेश्वरः एष सर्वज्ञ एषोऽन्तर्याम्येष योनिः सर्वस्य
प्रभवाप्ययौ हि भूतानाम् ॥ ६॥

६. ही 'चौथी' अवस्था म्हणजे सर्व अवस्थांचा राजा/मालक/स्वामी आहे. ही अवस्था सर्वज्ञ, आत राहणारी/असणारी, सर्व अवस्थांचा स्त्रोत व सर्व अवस्थांची नियंत्रक अशी अवस्था आहे. ह्या अवस्थेपासूनच सर्व अस्तित्वे जन्माला येतात व त्यांचा शेवटही याच अवस्थेत होतो; म्हणजे सर्व अस्तित्वांची सुरवातीची व शेवटची हीच अवस्था आहे.

नान्तःप्रज्ञं न बहिष्प्रज्ञं नोभयतःप्रज्ञं न प्रज्ञानघनं
न प्रज्ञं नाप्रज्ञम् । अदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षणं
अचिन्त्यमव्यपदेश्यमेकात्मप्रत्ययसारं प्रपञ्चोपशमं
शान्तं शिवमद्वैतं चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा स विज्ञेयः ॥ ७॥

७. जिला चौथी अवस्था म्हणून ओळखतात: ती आत वळलेली जाणीव/जागरूकता नाही, किंवा बाहेरही वळलेली जाणीव/जागरूकता नाही, किंवा आत व बाहेर दोन्हीकडे वळलेली जाणीव/जागरूकता नाही. ही 'चौथी' अवस्था म्हणजे उदासीन असा जाणीवेचा/जागरूकतेचा समूह/ढीग नाही. ही अवस्था अज्ञानी/अजाण नाही, किंवा बुध्दीमान/हुषारही नाही.

ही 'चौथी' अवस्था, अवर्णनीय, अमूर्त/अस्पर्श, वैशिष्ट्ये/गुणधर्म नसलेली, अकल्पनीय, ज्याची व्याख्या करता येणार नाही अशी आहे. स्वत:चे भान असणे हे या अवस्थेचे एकमात्र सार आहे. या अवस्थेत इतर सर्व सापेक्ष अस्तित्वे विश्रांती घ्यायला येतात. ही अवस्था पूर्णपणे स्तब्ध, शांत, आनंदी व अद्वैत अशी आहे. ही अवस्था म्हणजेच आत्मा/आपण-स्वत:/ब्रह्मच आहे; जी अवस्था अनुभवायची/कृतीत आणायची आहे.

सोऽयमात्माध्यक्षरमोङ्करोऽधिमात्रं पादा मात्रा मात्राश्च पादा
अकार उकारो मकार इति ॥ ८॥

८. आत्मा/आपण-स्वत:/ब्रह्म, ध्वनीच्या क्षेत्रात 'ॐ' या अक्षराशी तंतोतंत जुळणारा आहे. ह्या आत्म्याच्या/आपल्या-स्वत:च्या/ब्रह्माच्या वर वर्णन केलेल्या चारी अवस्था, 'ॐ' अक्षरातील चारी भागांशी तंतोतंत जुळतात. तसेच 'ॐ' अक्षरातील चारी भाग, आत्म्याच्या/आपल्या-स्वत:च्या/ब्रह्माच्या चारी अवस्थांशी तंतोतंत जुळतात/अभिन्न आहेत. 'ॐ' चे पहिले ३ भाग/घटक आहेत अ, उ, म.

जागरितस्थानो वैश्वानरोऽकारः प्रथमा मात्राऽऽप्तेरादिमत्त्वाद्
वाऽऽप्नोति ह वै सर्वान् कामानादिश्च भवति य एवं वेद ॥ ९॥

९ 'वैश्वानर', ज्याचे कार्यक्षेत्र जागृत अवस्था हे आहे, म्हणजेच ॐ मधील 'अ' हा पहिला आवाज/ध्वनी आहे. या 'अ' अक्षरात सर्वकाही समाविष्ट आहे, कारण ते सर्वप्रथम आहे. ज्याला हे माहीत आहे, त्याच्यामध्ये सर्वकाही समाविष्ट आहे, कारण तो स्वत: 'अ' सारखा - सर्वप्रथमच होतो.

स्वप्नस्थानस्तैजस उकारो द्वितीया मात्रोत्कर्षात्
उभयत्वाद्वोत्कर्षति ह वै ज्ञानसन्ततिं समानश्च भवति
नास्याब्रह्मवित्कुले भवति य एवं वेद ॥ १०॥

१० 'तैजस', ज्याचे क्षेत्र स्वप्न अवस्था आहे, म्हणजेच 'ॐ' मधील 'उ' हा दुसरा आवाज/ध्वनी आहे. कारण 'उ' अक्षर म्हणजे उत्कृष्टता असून त्यात जागृत व स्वप्न दोन्ही अवस्थांचे गुण अंतर्भूत असतात. ज्याला हे माहीत आहे, तो उदात्त/उच्च ज्ञानाचा प्रवाहच बनतो आणि समदर्शी बनतो. त्याच्या कुटूंबात ब्रह्म ज्ञान नसलेला अशा कोणाचाही जन्म होत नाही.

सुषुप्तस्थानः प्राज्ञो मकारस्तृतीया मात्रा मितेरपीतेर्वा
मिनोति ह वा इदं सर्वमपीतिश्च भवति य एवं वेद ॥ ११॥

११. प्राज्ञ, ज्याचे क्षेत्र खोल झोपेचे आहे, म्हणजेच 'ॐ' मधील 'म' हा तिसरा आवाज/ध्वनी आहे. म हे मापनाचे/मोजण्याचे/मापण्याचे साधन आहे, म्हणून या 'म' मध्ये जे सर्व काही आहे ते प्रवेश करते. ज्याला हे माहित आहे, तो सर्वांचे मोजमाप करून तो सर्वकाही/सर्वसमावेशक बनतो.

अमात्रश्चतुर्थोऽव्यवहार्यः प्रपञ्चोपशमः शिवोऽद्वैत
एवमोङ्कार आत्मैव संविशत्यात्मनाऽऽत्मानं य एवं वेद ॥ १२॥

१२. ॐ चा चौथा भाग/घटक ध्वनीहीन शांतता आहे; ज्याचे शब्दाने वर्णन करता येत नाही असा आहे. सर्व संबंधित प्रकटीकरणे, ज्यात शांत होतात असा भाग/घटक आहे. तो परमानंद, शांतता पूर्ण, अद्वैत आहे. अशा प्रकारे ॐ हा खरोखर आत्मा/आपण-स्वत:/ब्रह्मच आहे. ज्याला हे माहित आहे, जो स्वत:ला आत्म्यात/आपल्या-स्वत:त/ब्रह्मात विलीन करतो. होय, ज्याला हे माहित आहे, तोच हे करू शकतो.

ॐ, आमचे शरीर शांत होवो, आमचे मन शांत होवो, आमची बुध्दी शांत होवो.

विभाग १ - अ : प्रणव किंवा ॐ

वेदात किंवा संहितांत; वेदांत किंवा उपनिषदांमध्ये जो विषय (ब्रह्मज्ञान) सविस्तरपणे सांगीतला आहे, त्या विषयाची ओळख करून दिली आहे. उपनिषदात, पृथ्वीच्या पलीकडील क्षेत्रात असलेले ज्ञान देणारे, गुप्त शिक्षण दिले आहे. अंतिम सत्याच्या/वास्तविकतेच्या स्वरुपावर, प्राचीन काळातील महान ऋषीमुनींनी केलेल्या घोषणांचा खुलासा उपनिषदात केला आहे.

सर्व उपनिषदांमध्ये माण्डूक्य उपनिषद् हे सर्वात महत्वाचे समजले जाते. 'माण्डूक्यम एकम् एव अलम् मुमुक्षूनाम् विमुक्तये' म्हणजे ज्यांना मोक्ष प्राप्तीची इच्छा आहे, अशांसाठी 'माण्डूक्य' हे एकमेव उपनिषद् पुरेसे आहे असे त्याचे चोखपणे वर्णन केले आहे. कारण जर साधक या एकाच उपनिषदाचा खरा अर्थ समजू/ग्रहण करू शकला, तर त्याला इतर कोणत्याही उपनिषदाचा अभ्यास करण्याची जरूरी पडणार नाही. 'छांदोग्य' किंवा 'बृहदारण्यक' उपनिषदांचाही अभ्यास करण्याची त्याला जरूरी नाही, कारण माण्डूक्य उपनिषदात मानवाचे नैसर्गिक गुणधर्मच थेट/सरळ/प्रत्यक्ष असाच दृष्टीकोन ठेवून सांगितले आहेत.

माण्डूक्य उपनिषदात कोणत्याही उपमा नाहीत, एकही गोष्ट सांगितलेली नाही किंवा कोणत्याही गोष्टीशी कशाचीही तुलना केलेली नाही. त्यात फक्त सर्व मानव जातीसंबंधीचे निखळ तथ्य तसेच अंतिम सत्याचा अत्यावश्यक स्वभाव/वृत्ती याविषयी सांगितले आहे. माण्डूक्य उपनिषद हे अत्यंत सर्वसमावेशक असूनही त्यात फक्त बारा विधाने आहेत, ज्यांना मंत्र असेही म्हणतात. या बारा मंत्रात उपनिषदातील संपूर्ण शहाणपणा आणि ज्ञान थोडक्यात ठासून भरले आहे.

माण्डूक्य उपनिषदाची सुरवात, इतर सर्व उपनिषदांप्रमाणे, प्रार्थनेने झाली आहे. या प्रार्थना पृथ्वीच्या ठराविक भागाच्या रक्षकांना, देवतांना व परमेश्वराचे प्रकटीकरण ज्यात झाले आहे अशा अस्तित्वांना केलेल्या असतात. हे सर्व, या संपूर्ण सृष्टीवर राज्य करतात. त्यांना अशी विनंती/प्रार्थना केली जाते की, आम्हाला आरोग्य व आकलनशक्तीचा (बुध्दी) आशीर्वाद द्या, ज्यांचा उपयोग करून उपनिषदांनी सांगितलेल्या रहस्यांपर्यंत आम्हाला जाता येईल, त्यावर ध्यान करता येईल आणि ज्या अंतिम सत्याची घोषणा/जाहीरनामा उपनिषदात आहे, त्या अंतिम सत्याचा अनुभव घेता येईल.

माण्डूक्य उपनिषदाचे श्रेय, माण्डूक नावाच्या एका महान ऋषींना दिले जाते; ज्यांना यातील गुप्त ज्ञान, परमेश्वराने साक्षात्कारात स्वत: प्रकट केले. या माण्डूक ऋषिशी जे संबंधित आहे ते म्हणजे माण्डूक्य उपनिषद. या उपनिषदाची सुरवात एका घोषणेने झाली आहे :

ॐ इत्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्योपव्याख्यानं
भूतं भवद् भविष्यदिति सर्वमोङ्कार एव
यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदप्योङ्कार एव ॥ १॥

ॐ हा अविनाशी (अमर) आहे. ॐ म्हणजेच हे सर्वकाही आहे. बाकीचे भूतकाळातील, वर्तमानकाळातील किंवा भविष्यकाळातील जे सर्वकाही असेल, ते सर्व ॐ या महान व अमर सत्याच्या अर्थाचे विवरण, स्पष्टीकरण व भाष्य आहे.

सर्वम ओंकार एव: सर्वकाही खरोखर ॐ आहे. माण्डूक्य उपनिषदाची अशी सुरवात आहे.

ॐ इत्येतदक्षरं इदम सर्वं: हे संपूर्ण, जे काही डोळ्यांना दिसते, ज्याचे आकलन होते, जे काही ज्ञानेंद्रियांना समजते/आकलन होते/अनुभवता येते, ज्याचे अनुमान काढता येते, ज्याचा पुरावा/साक्ष/खूण देता येते, ज्याचा अंतर्भाव निर्मितीत/सृष्टीत करता येतो; ते सर्वकाही ॐच आहे.

आम्ही बऱ्याच वेळा 'ओम'चे पठण/उच्चारण करीत असतो, आणि ॐ असे म्हणून एकमेकांना नमस्कार करणे, ओम बरोबर इतर काही पाठ करणे आणि ओमच्या जपाने कोणत्याही मंत्राची/जपाची सुरूवात करणे ही आपल्यापैकी बहुतेकांची प्रथा आहे. याचे तात्पर्य असे आहे की, ॐ मुळे सर्व गोष्टींचे पूर्णपणे आकलन होते आणि ॐमुळे प्रत्येक गोष्टीची सुरवात खूप शुभ/चांगली होते. ॐ आणि अथ ही दोन शुभ पदे समजली जातात/आहेत: 'ॐ, अथ; ॐ, अथ; ॐ, अथ; ॐ' असे आम्ही दररोज पठण करतो का?

सृष्टीच्या सुरुवातीला ॐ हा बीज, म्हणून उद्भवलेला पहिला कंपित ध्वनी असावा असे मानले गेले. ॐ म्हणजे प्रणव. इतर सर्व मंत्रांचा हा बीज-मंत्र आहे, मग तो मंत्र वैदिक असो किंवा तांत्रिक मंत्र असो. ॐ च्या उच्चारात/पठणात आपण, केवळ सर्व अर्थ आहे असे समजत नाही तर सर्व भाषांचा देखील अंतर्भाव आहे असे समजतो. सर्व मौखिक परिणाम तसेच वस्तुनिष्ठ संदर्भ, ओममध्ये समाविष्ट आहेत. ॐ हे नाम व रूप दोन्ही आहे.

ॐ हा फक्त एक ध्वनी/आवाज नाही. ॐ हा जरी एक ध्वनी/आवाज आहे, तरी ॐ चा एक महत्वाचा पैलू आपण लक्षात ठेवला पाहिजे, तो असा हे की, ॐ केवळ एक मंत्र, एक जप, एक पठण, एक शब्द किंवा मानवी भाषेचा भाग नाही, तर या सर्वांपेक्षा काहीतरी अधिक आहे. ॐ असे काहीतरी आहे, जे स्वतःहून अस्तित्वात आहे, असे काहीतरी ज्यास वस्तूतंत्र असे सामान्यतः म्हटले जाते, आणि जे पुरूष तंत्रापेक्षा वेगळे आहे. ॐ ज्याच्या अस्तित्वाचे इतर दुसरे काहीही कारण नाही, तर त्याच्या अस्तित्वास ते स्वतःच कारण आहे. आम्ही जप करून ॐ तयार करत नाही, तर आम्ही केवळ अशी कंपने उत्पन्न करतो, ज्या कंपनांविषयी ॐ च्या कंपनांना सहानुभूती आहे आणि जी कंपने आधीपासूनच, स्वतःहून आहेत आणि अशा कंपनाना ॐ म्हणतात. ॐ हे एक वैश्विक कंपन आहे. ॐ हा आपण केलेला एखादा जप/उदघोष/पठण नाही किंवा तो आपल्याद्वारे तयार झालेला किंवा आपण ज्याचा आरंभ केला आहे असा नाही.

आम्ही ॐ चा जप का करतो? जे स्वतःहून अस्तित्वात आहे, आणि जे स्वत:ला ॐ च्या ध्वनी-कंपनातून, ॐ च्या रूपात प्रकट करते, अशा अस्तित्वाशी; आमचा संबंध प्रस्थापित करण्यासाठी. सर्वोच्च परिपूर्ण म्हणजे ॐ चे रूप आहे आणि या रूपाचे ॐ हे नाम (नाव) आहे. जगातील प्रत्येक गोष्ट जशी नावाने स्पष्टपणे दर्शविली जाते, तसेच आम्ही देवाला, परमेश्वरालाही एक नाम-नाव दिले आहे, ज्या

नामाने/नावाने तो देव, परमेश्वर स्पष्टपणे दर्शविला जातो. जसे एखाद्या रूपाचे नाव उच्चारून/आठवून/लक्षात ठेवून त्याच्या रूपाला आपण आपल्या चैतन्यामध्ये/जाणिवेमध्ये बोलावतो/हजर करतो/आणतो, त्याच प्रकारे आपण ईश्वराचे नाव उच्चारून/आठवून/लक्षात ठेवून, ईश्वराचे/अस्तित्वाचे रूप/स्वरूप आपण आपल्या चैतन्यात बोलावतो/हजर करतो/आणतो. ज्याप्रमाणे एखाद्या विशिष्ट वस्तूचे नाव त्या वस्तूशी जोडलेले असते, त्या वस्तूच्या स्वरुपाच्या वर्णनाने; त्याप्रमाणेच ॐ, जे ईश्वराचे नाम आहे, ईश्वराचे वर्णन करते आणि या अनोख्या वर्णनामुळे ॐ आपल्याला ईश्वराच्या स्वरुपावर चिंतन करण्यास, सक्षम करते.

पर्वत हे एक नाव आहे, नदी हे एक नाव आहे, अग्नी हे एक नाव आहे, माणूस हे एक नाव आहे, स्त्री हे एक नाव आहे, राम हे एक नाव आहे, कृष्ण हे एक नाव आहे; इत्यादी. आपल्याकडे अशी बरीच नावे-नामे आहेत.

नावे-नामे विशिष्ट स्वरुपाशी संबंधित आहेत, जी त्या नावाला-नामाला त्याच्या रूपाशी जोडतात आणि रूपाला दर्शवितात. जेव्हा आपण एखादे नाव उच्चारतो, तेव्हा त्या नावाशी संबंधित रूप आपल्या मनात आपोआप येते, उत्स्फूर्तपणे येते, कारण त्या नावाचा त्याच्या संबंधित रूपाशी कायमचा संबंध जोडला गेलेला असल्यामुळे.

एखाद्या नावाचा आपल्यावर किती प्रभाव आहे, हे आपल्यातील प्रत्येकाला हे चांगले माहित आहे. जर आपल्याला एखाद्या विशिष्ट नावाने संबोधले गेले तर आपण प्रसन्न किंवा नाराज होऊ शकता. अशी काही नावे आहेत ज्याचा उपयोग तुम्हाला संबोधण्यास केला, तर ते संबोधन तुम्हाला त्रास देऊ शकेल, तुम्हाला असंतुलीत करेल. याचे कारण हे आहे की तुम्ही एखादे विशिष्ट नाम आणि त्याच्याशी संबंधित रूपाच्या विषयी/दरम्यान, आपल्या मनात कायमस्वरूपी संगती निर्माण केली आहे.

उदाहरणार्थ, जर तुम्हाला 'महाराज' म्हणून संबोधित केले तर आपण खुष व्हाल; पण जर तुम्हाला 'गाढव' म्हणून संबोधित केले तर तुम्ही नाराज व्हाल. 'महाराज' हे नाव आणि त्याचे संबंधित महत्त्व/भावना तसेच 'गाढव' हे नाव आणि त्याचे संबंधित महत्त्व/भावना; यांचा आपण आपल्या मनात निर्माण केलेला संबंध हेच या खुशीचे किंवा नाराजीचे कारण आहे.

नावे आपल्यात कंपने निर्माण करतात. समजा तुमच्यातील एखादा आत्ता अचानक ओरडला, 'साप! साप!', तर तुम्ही सर्वजण अचानक उठाल आणि मी जे काही बोलतो ते अजिबात ऐकणार नाही. साप हा शब्द आपल्या मनात कोणत्या प्रकारचे कंप तयार करते ! तुम्ही 'साप' हे नाव आणि त्याचा अर्थ किंवा महत्त्व, आणि आपल्याशी त्याचा संबंध, यांच्यात आपल्या मनोवैज्ञानिक अस्तित्वामध्ये एक संपर्क प्रस्थापित केला आहे. याचा अर्थ काय, आपल्याला चांगले माहित आहे.

जगातील प्रत्येक नावाचा एका रूपाशी आणि त्याच्या अर्थाशी संबंध जोडलेला असतो. प्रत्येक रूप हे केवळ ज्या नावाशी ते रूप जोडलेले आहे त्याचाच प्रतिभाग नाही तर त्या रूपाचा इतर रुपांशीही संबंध आहे.

आता आपण ज्याला ईश्वरसृष्टी म्हणतो त्यातून आपण जीवसृष्टीत आलो आहोत. ईश्वरसृष्टी हे स्वत:हून असलेले एक रूप आहे, जे त्याच्या नावाशी संबंधित आहे. विशिष्ट नावाचा त्याच्याशी संबंधित रूपाशी जो मनोवैज्ञानिक संबंध तुम्ही तयार केलेला आहे, व स्वत:शी जोडलेला आहे, त्याला जीवसृष्टी म्हणतात. तुम्ही जीवसृष्टीमुळे प्रभावित होता. आणि नावाशी संबंधित असलेले रूप व तुम्ही ते समजून घेणे म्हणजे जीवसृष्टी होय. आता आपण फक्त ईश्वरसृष्टीशी संबंधित नाही तर जीवसृष्टीही आपला संबंध आहे. जीवसृष्टीशी संबंधित गोष्टींबद्दल आपण जास्त चिंतेत आहोत कारण जे आपल्याला बांधते किंवा आपल्याला मुक्त करते ते जीवसृष्टीचे स्वरूप आहे, ईश्वरसृष्टीचे स्वरूप नव्हे.

गोष्टी जशा आहेत त्याबद्दल आपल्याला फारशी चिंता वाटत नाही. परंतु ज्या गोष्टी आपल्याकडे आहेत त्यामध्ये आपल्याला खूप अर्थ/आसक्ती/आवड आहे; आणि यामुळेच आपण ज्याला आपण संसार (पृथ्वी वरील अस्तित्व) म्हणतो त्याच्यात बांधले जातो. प्रत्येक नावाशी संबंधित असे एक रूप असते आणि ते रूप ईश्वरसृष्टीचा एक घटक आहे व ते रूप ईश्वराचीच निर्मिती आहे. देव आणि तुम्ही, एक जीव किंवा एक व्यक्ति म्हणून, ईश्वरसृष्टीचा एक घटक जरी असलात, तरी तुम्ही स्वत:भोवती एक कोश तयार करता. आपल्या स्वतःच्या कल्पनेद्वारे तयार केलेल्या जाळ्यामध्ये स्वत:ला गुंडाळता आणि हीच कल्पना तुम्हाला इतर जीवांशी, इतर गोष्टींशी, निर्मितीतील इतर घटकांशी, सामाजिक रित्या जोडते.

तुम्ही निर्मितीतील केवळ एक वस्तू/घटक म्हणून राहात नाही. तुमचा निर्मितीतील इतर वस्तूंशी/घटकांशी अनेक मार्गांद्वारे संबंध देखील आहे. ईश्वरसृष्टीचा एक भाग आणि जीवसृष्टीचे केंद्र असे तुमचे दोन भाग झाले आहेत, व या दोन्हीत फरक आहे. ईश्वराचा एक पैलू तुमच्यात आहे आणि तुमच्यात एक जीवसृष्टीही आहे. ईश्वराचा पैलू हा तुमचा प्रतिष्ठित/भारदस्त स्वभाव आहे आणि तुमच्यातल्या जीवसृष्टीचा पैलू तुम्हाला या संसाराच्या क्षेत्रात बांधतो. तर असा आपल्याकडे दुहेरी स्वभाव आहे, एक दुहेरी व्यक्तिमत्व आहे; एक गुणधर्म आहे, ज्यामुळे तुमचा ईश्वराशी असलेला संबंध आणि तुमचा ऐहिक जीवनाशी असलेला संबंध यात तुम्हाला फरक वाटतो/ वेगळे वाटतात.

हीच परिस्थिती आहे ज्यामध्ये ईश्वराचे नाम आणि रूप, आपले नाव आणि रूप, आपली नेमणूक करणारा ईश्वर आणि ज्याची नेमणूक केली आहे असे आपण, या सृष्टीमध्ये आपण भाग किंवा वस्तू आहोत. आता आपल्या स्वतःशी असलेल्या संबंधात, इतर रुपांना बोलाविणे हेच आपल्या सुख-दु:खाचे कारण ठरले आहे. दररोज आपण आपल्या चेतनेत/जाणीवेत/सावधगिरीत जगातील निरनिराळ्या रुपांना बोलावतो आणि हे बोलावणे म्हणजे आपण स्वत:त आणि या रुपांमध्ये स्थापित केलेला एक मानसिक संपर्क याशिवाय काही नाही.

ह्यालाच संसार म्हणतात. प्रत्येक बाह्य नातेसंबंध हा संसारच असतो आणि आपल्या संपूर्ण जीवनातील सर्व दिवसात आणि सर्व रात्रीतही या संसारात जगताना, ह्या संसारापासून आपण मुक्ती किंवा स्वातंत्र्य शोधत असतो. आम्हाला संसारापासून मुक्ती/मोक्ष हवा आहे आणि मुक्ती/मोक्ष ही एक अवस्था आहे ज्यामध्ये, आपण स्वतःला जीवात्मा म्हणून नाही तर ईश्वराच्या स्थितीत, म्हणजे जे अस्तित्व स्वतःहून आहे आणि जे इतर गोष्टींच्या संबंधाने/साधनांच्या आधारे असलेले अस्तित्व नाही. तुम्ही स्वत:हून

काहीतरी आहात; जे तुम्हाला इतर काय म्हणतात, तुम्ही इतरांना कसे दिसता किंवा इतर तुम्हाला कसे दिसतात, यापेक्षा स्वतंत्र/वेगळे/त्यावर अवलंबून नसलेले आहे. तुम्हाला तुमचे अस्तित्व जीवात्म्या पासून ईश्वरी तत्वात हस्तांतरित करायचे आहे/बदलायचे आहे. तुम्ही इतर गोष्टींवर अवलंबून न राहता स्वतंत्र होऊन, तुमच्या हक्काने, तुमच्या आवश्यक स्वभाव असलेल्या अस्तित्वातच रहायचे आहे. तुमच्या उदरनिर्वाहासाठी तुम्ही वस्तूंचा विचार करू इच्छित नाही. तुम्हाला कैवल्य प्राप्त करून 'केवल' म्हणून पूर्णपणे स्वतंत्र व्हायचे आहे. यालाच मोक्ष म्हणतात - परिपूर्ण स्वातंत्र्य.

हे माण्डूक्य उपनिषद्, ईश्वराची जीवात स्थापना करण्यासाठी, एक खूप सोपी पध्दत सुचवते. या पध्दतीत नातेसंबंध असलेले व्यक्तिगत व्यक्तिमत्व, नातेसंबंध नसलेल्या ईश्वरी अस्तित्वात बदलायचे आहे. हे साध्य करण्यासाठी, आपल्या अस्तित्वातील चेतनेत/जाणिवेत/जागरूकतेत ईश्वराला आवाहन करा/बोलवा. ईश्वराला तुमच्या हृदयात जागा द्या. एखाद्या नावाशी संबंधित असलेल्या वस्तूबाबत विचार करण्याऐवजी, ईश्वराचा विचार करा, ज्याला एका सर्वसमावेशक नावाने ओळखले जाते. या जगातील सर्व नावे विशिष्ट रुपांशी जोडलेली विशिष्ट नावे आहेत, जसे - पर्वत, नदी वगैरे. पण ईश्वराला कोणतेही विशिष्ट रूप नाही, त्याचे रूप विश्वव्यापी आहे, आणि म्हणून तुम्ही त्याला विशिष्ट नावाने, बोलावू/आवाहन शकत नाही. तुम्हाला त्याला विश्वव्यापी असलेल्या नावानेच बोलावले पाहिजे, कारण त्याचे रूपही विश्वव्यापी आहे. कोणत्याही भाषेने ईश्वराचे वर्णन करणे शक्य नाही, कारण तो विशिष्ट रूप असलेली वस्तू नाही. तो एक पुरूष किंवा एक स्त्री किंवा मानवी अस्तित्व नाही. तो येथे नाही तसेच तेथेही नाही; तर तो सर्वत्र आहे. जो सर्वत्र आहे, त्याला एका विशिष्ट देशातील विशिष्ट भाषेने किंवा विशिष्ट पुरूष किंवा विशिष्ट स्त्री किंवा विशिष्ट व्यक्ती म्हणून बोलाविणे/दर्शविणे शक्य नाही. त्या ईश्वराच्या सर्वसमावेषक रूपाचे वर्णन करण्यासाठी एका सर्वसमावेषक भाषेची जरूरी आहे. आणि अशी सर्वसमावेषक भाषा तर नाहीये, कारण सर्व भाषा या स्थानिक/विशिष्ट स्थानापुरत्या मर्यादित आहेत. या जगात अनेक भाषा आहेत, पण त्यातील एकही भाषा अशी नाही ज्याचा वापर/उपयोग सर्व जगात होईल. आणि जरी अशी जागतिक भाषा असली तरी ती या अफाट विश्र्वाच्या दृष्टीने स्थानिक भाषाच ठरेल. या अफाट विश्वात सर्वसमावेषक अशी भाषा आहे काय? असेल तर, ती भाषाच ईश्वराचे वर्णन करू शकेल, तो स्वत: सर्वसमावेषक आहे. पण अशी कोणतीच वैश्र्विक भाषा नाही. पुरातन ॠषींनी उघडकीस आणलेली/सांगितलेली ॐ किंवा प्रणव हीच एकमेव अशी सर्वसमावेषक भाषा आहे, ज्याची कल्पना करता येते.

ॐ चा उच्चार/पठण करणे म्हणजेच अशी सर्वसमावेषक भाषा बोलणे होय. अशा भाषेत इतर सर्व भाषांचा समावेश असतो. ॐ किंवा प्रणवाच्या पठणात स्वर उच्चारणारे सर्व अवयव/स्वरयंत्र अतिशय व्यापक पध्दतीने कंपित होते. जेव्हा तुम्ही अ, ब, क इत्यादि उच्चारता, तेव्हा तुमच्या स्वरयंत्रातील काही भागच कंपित होतो, पण जेव्हा तुम्ही ॐ चा उच्चार/पठण करता, तेव्हा तुमचे संपूर्ण स्वरयंत्रच कंपित होते. ह्याचा प्रयोग तुम्ही स्वत: करून पहा. तुमच्यापैकी कोणीही याचा प्रयोग करू शकतो, व परिणाम पाहू शकतो, जो असा असेल की - तुम्ही ॐ चा उच्चार/पठण करता, तेव्हा तुमच्या स्वरयंत्राचा एखादा भागच किंवा काही भागच फक्त कंपित न होता तुमचे संपूर्ण स्वरयंत्रच कंपित होत आहे. आणि ॐ चा उच्चारात/पठणात संपूर्ण स्वरयंत्र जेव्हा खरोखर कंपित होते, तेव्हा निर्माण झालेल्या मूळ

ध्वनीत/आवाजात; सर्व शब्द, सर्व वाक्यांश/वाक्प्रयोग समाविष्ट असतात, यामुळे ॐ मध्ये सर्व भाषा समाविष्ट असतात.

फक्त एवढेच नाही तर, ॐ च्या उच्चाराचे/पठणाचे आणखी एक महत्व किंवा अर्थ आहे. एखाद्या ठराविक नावाचा उच्चार/पठण करताना, तुमच्यात कंपने निर्माण होतात. तसेच तुमच्यात एखाद्या नावाचा उच्चार/पठण करताना, काही भावना निर्माण होतात. जसे - रसगुल्ला, लाडू, खीर, कॉफी, चहा, भात वगैरे : ही सर्व ठराविक वस्तूंची ठराविक नावे आहेत, आणि तुम्हाला माहीत आहे की जेव्हा तुम्ही ही नावे उच्चारता, तेव्हा तुमच्या मनात वेगवेगळ्या कल्पना येतात व त्याच वेळी तुमच्या शरीरात वेगवेगळ्या संवेदना उमटतात. विंचू या नावाची संवेदना वेगळी आहे; रोग, कुरूपता, भूकंप, अॅटम-बॉम्ब, युध्द; – या सर्व कल्पनांमुळे शारीरिक व मानसिक यंत्रणेमध्ये संवेदना निर्माण होतात. हे फक्त शब्द नाहीत; तर ही सर्व कंपने आहेत, ज्याचा अर्थ/महत्व त्या ठराविक नावाने किंवा वाक्यांशाने/वाक्प्रयोगाने, तुमच्या शारीरिक व मानसिक यंत्रणेकडे पोचविला/सांगीतला जातो; तसेच ॐ हे सुध्दा एक कंपनच आहे, फक्त एक शब्द नाही किंवा एक ध्वनी/आवाज नाही. ॐ हे एक कंपन आहे, वैश्विक कंपन आहे, ज्यापासून सृष्टीच्या/विश्वाच्या निर्मितीस आरंभ झाला असे ते सांगतात.

मनु स्मृती, महाभारत, पुराणे व उपनिषद या सर्वांनी ॐ चे नैसर्गिक गुणधर्म, जडण घडण, रचना व गौरव/प्रतिष्ठा/किर्ती वर्णन केली आहे. ती थोडक्यात खालीलप्रमाणे -

ब्रह्माने ॐ च्या सहाय्याने या विश्वाची रचना केली. ॐ जे अ, ऊ व म या तीन अक्षरांनी बनलेले आहे, त्यापासून ३ व्याधृती निर्माण झाल्या : भू:, भुव:, स्व:. या ३ व्याधृतींपासून, गायत्री मंत्राचे ३ पाद निर्माण झाले. गायत्री मंत्राच्या ३ पादांपासून पुरूष-सुक्ताचे ३ भाग व त्याचा अर्थ निर्माण झाला. पुरूष-सुक्ताच्या अर्थापासून वेद व त्यातील मंत्रांचे अर्थ निर्माण झाले. वेद व त्यातील मंत्रांच्या अर्थापासून ब्रह्माने हे विश्व निर्माण केले. असे वर्णन शास्त्रात/धर्मग्रंथात केले आहे.

ॐ हे केवळ जप/उद्घोषाबरोबर ब्रह्माचा श्वासच आहे, एवढेच नाही तर ॐ हे ब्रह्माचे सृष्टी-निर्मितीतील सर्वसमावेषक कंपनच आहे इतके ॐ चे महत्व आहे. जेव्हा साधक ॐ चा जप/उद्घोष करतो, तेव्हा साधक त्याच्या स्वत:मध्ये असे सर्वसमावेषक कंपन निर्माण करण्याचा प्रयत्न करतो, ज्याच्याविषयी ॐ च्या वैश्विक सर्वसमावेषक कंपनाला सहानुभूती असल्याने, त्या क्षणापुरता साधक, त्या वैश्विक कंपनांच्या सुरांशी त्याचे सुर जुळवितो. म्हणून साधक ॐ च्या जपाने/उद्घोषाने विश्वाच्या प्रवाहात वहात राहतो. ॐ मुळे साधकाच्या शारीरिक व मानसिक प्रणालीशी सुसंवादी कंपने निर्माण होतात. बाह्य जगापासून स्वत:ला विलग न करता, साधक प्रचलित वैश्विक प्रवाहाबरोबर राहतो.

सर्व जीव जे साधारणपणे, मी या संपूर्ण विश्वात एकटा/वेगळा/स्वतंत्र आहे असा विचार करतात; ॐ चा जप/उद्घोष केल्याने ते सर्व जीव, एकट्या मीऐवजी, संपूर्ण विश्वाचा निर्माता जो ईश्वर तोच मी आहे, असा विचार करू लागतात. या विश्वातील एकमेकांपासून विभक्त असलेल्या वस्तूंशी असलेल्या संबंधांवर विचार करण्याऐवजी, जीव मी तो ईश्वरच आहे या भावनेत गेल्याने, कोणत्याही

वस्तूबाबत विचार करत नाही. ईश्वराच्या दृष्टीने त्याच्याखेरीज दुसरे काहीच अस्तित्वात नसल्याने, तो कोणताही विचारच करत नाही. एखादा विचार त्याच्याविषयी विचार करतो, असे ते भासते. आपल्याला अशी कल्पना करणे शक्य आहे काय? हा ईश्वराचाच विचार आहे. जेव्हा एक विचार वस्तूविषयी विचार करतो, तेव्हा तो जिवाचा विचार असतो. जेव्हा एक विचार फक्त स्वत:विषयी विचार करतो, तेव्हा तो ईश्वराचा विचार असतो, ती ईश्वराची इच्छा असते. जेव्हा ॐ चे वरील प्रमाणे खरे स्वरूप/खरा गर्भितार्थ लक्षात घेऊन साधक ॐ चा जप/उद्घोष करतो, साधक इतर कोणत्याही विशिष्ट गोष्टीचा विचार करत नाही, तो सर्व गोष्टींचा एकत्रित विचार करतो तसाच ईश्वराचाच विचार असतो. त्या वेळी साधकाऐवजी तो ईश्वरच साधकाच्या मनातून विचार करत असतो. त्या वेळी जीव स्वत:ची वेगळी व्यक्ती अशी ओळख विसरतो. तो त्या वेळी स्वत:सिध्द असा ईश्वरच असतो, जो नेहमी स्वत:च्या उंचीत/बांध्यात/नैतिक पातळीत, मनात व स्थितीतच असतो. तो अनेक वस्तूंपैकी एक अशा प्रकारे अस्तित्वात नसतो. सर्व जीव नेहमी इतर वस्तूंच्या संबंधाच्या रूपात स्वत:चे अस्तित्व जाणतात. याउलट ईश्वर कधीही इतर वस्तूंच्या संबंधाच्या रूपात स्वत:चे अस्तित्व जाणत नाही. सर्व साधकांना ईश्वराचा किंवा ब्रह्माचा शोध घ्यायचा असतो आणि विश्वाच्या नैसर्गिक गुणधर्मांच्या स्वरुपात जगायचे असते, ॐ ह्यासाठीच सहाय्य करतो.

ईश्वराच्या अस्तित्वाला इतरांच्याशी असलेल्या संबंधांची जरूरी नसते, आणि सर्व साधकांना ईश्वराच्या किंवा ब्रह्माच्या स्थितीप्रत जाण्यासाठी, वैश्विक स्वरूपात जगण्याची इच्छा असते. हे साधण्यासाठी ॐ च्या जपाने/उदघोषाने सुरवात करून साधकाने अशी कल्पना करावी की तो स्वत: एक असा समुद्र आहे, ज्याच्यामध्ये प्रत्येक वस्तूने भरलेली एक नदी, अशा सर्व वस्तूंनी भरलेल्या अनेक नद्या येऊन मिसळत आहेत किंवा एकरूप होत आहेत. या नद्यांच्या वाहण्याच्या मागे ॐ ची शक्तीच आहे याचे भान असू द्यावे.

जेव्हा साधक ॐ चा उच्चार/जप योग्य प्रकारे करतो, तेव्हा तो ध्यानाच्या मन:स्थितीत जातो. साधक ॐ च्या जपात/उद्घोषात तो स्वत:मध्ये एक कंपन निर्माण करतो. पुन्हा एकदा सांगतो की, तुम्ही ॐ ने स्वत:मध्ये एक कंपन निर्माण करता. ते कंपन कसे असते? क्षुब्ध करणारे/क्षोभ निर्माण करणारे किंवा चीड आणणारे किंवा एखाद्या वस्तूबद्दल इच्छा निर्माण करणारे, असे ते कंपन नसते. त्या कंपनाने इतर सर्व कंपने वितळून जातात, सर्व इच्छांना पूर्णविराम मिळतो, सर्व लालसा/आसक्ती संपते; त्याचबरोबर वैश्विक अस्तित्वाची इच्छा निर्माण होते. जसे अग्नी गवत जाळून टाकतो, तसे ही वैश्विक अस्तित्वाची इच्छा, इतर सर्व वासनांना जाळून टाकते. ॐ चे ३ वेळा योग्य प्रकारे केलेले उच्चारणही, सर्व पापे जाळून टाकण्यासाठी, सर्व इच्छांना समाप्त करण्यासाठी व साधकाला शांत, स्थिर व आतपर्यंत समाधानी बनविण्यासाठी पुरेसे आहे. ॐ चे योग्य प्रकारे उच्चारण केले जात आहे की नाही, हे समजण्यासाठी परीक्षा हीच की, साधक मनातून शांत बनला की नाही, तसेच तो जसा आहे तशा अवस्थेत व त्याच्याकडे जे काही आहे त्यात अधिक समाधानी झाला आहे की नाही.

जेव्हा साधक ध्यानाच्या मनस्थितीतून बाहेर आल्यावरही त्याची एखादी इच्छा टिकून राहिली, तर ते असे दाखवेल की, साधकाचे चिंतन परिपूर्ण झालेले नाही. साधकाने चिंतनाला सुरवात केली तेव्हा, वस्तूंसाठीच्या इच्छा मनात लपून/दडून बसलेल्या होत्या; आणि ॐ चे उच्चारण योग्य रीतीने झालेले नाही.

ॐ चा उच्चार/जप करताना साधकाने विश्र्वाचा विचार करावा. ॐ चा उच्चार/जप म्हणजे जप व ध्यान दोन्ही एकत्रितपणे होय. इतर जपांमुळे/मंत्रांमुळे साधक ध्यानाच्या मनस्थितीत जाईल, पण ॐ च्या जपाचे अचानकपणे ध्यानात रूपांतर होते, जेव्हा ॐ चा जप योग्य प्रकारे केला जातो. यात जप व ध्यान यांचे एकत्रीकरण होते, आणि नाम व रुपांना एकत्र आणले जाते. येथे निर्देशक आणि नियुक्त केलेला यात फरक राहात नाही, कारण ॐ हे वैश्विक नाम, ईश्वराच्या वैश्विक रुपात एकरूप होते/मिसळून जाते. विश्व अनेक नाही, एकच आहे, म्हणून ॐ मुळे निर्देशक आणि नियुक्त केलेला एकच बनतो. ॐ चा जप व ध्यान दोन्हीचा अर्थ एकच आहे. तो म्हणजे अचानकपणे एखाद्या क्षेत्रात प्रवेश करणे आहे, जे मनाला समजू शकत नाही. आनंदातिशयाने आनंदसमाधीत साधक जाऊ शकेल, जर ॐ चा असा योग्य रीतीने जप/उच्चारण/पठण झाले तर.

ॐ इत्येतदक्षरमिदं सर्वं - ॐ खरोखर सर्वकाही आहे. ॐ अमर आहे. या विश्र्वातील सर्व नावे मर्त्य आहेत, कारण ती त्यांनी दर्शविलेल्या रुपांबरोबर नष्ट होतात. पण ॐ हे वैश्र्विक रूप व नाव अमर आहे, ज्यात सर्वकाही समाविष्ट असते.

ॐ इत्येतद अक्षरं: ॐ अक्षर आहे, आणि अक्षर म्हणजे अमर. तस्योपव्याख्यानं, भूतं, भवद्, भविष्यदिति सर्वमोङ्कार एव; यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदप्योङ्कार एव... जे काही भूतकाळात होते, जे काही आत्ता आहे, जे काही भविष्यात असणार आहे, ते सर्व ॐ च आहे, कारण ॐ ला भूतकाळ, वर्तमानकाळ व भविष्यकाळ नाही. त्या विराटाला काळाचे/वेळाचे बंधन नाही. माण्डूक्य उपनिषदात ॐ चे किती भव्य वर्णन केले आहे! जे काही काळाच्या उदरात म्हणजे भूतकाळात, वर्तमानकाळात व भविष्यकाळात आहे, ते सर्व ॐ आहे. याशिवाय जे कालातीत आहे, तेही ॐ आहे. ॐ चा दुहेरी स्वभाव आहे, ऐहिक आणि चिरंतन. तो शब्द असून शब्दातीत आहे. त्यातील अ, उ, म ने सर्व निर्मिती दर्शविली जाते आणि त्याचा चौथा भाग या तिन्ही भेदां/भागां पलीकडे जातो व त्याला अमात्रा आणि चतुर्थ-भाव म्हणतात. तो चौथा भाग ध्वनी/आवाजविरहीत असून त्याचे मोजमाप करता येत नाही - अमात्रा. आणि तो भाग कानांना ऐकूही येत नाही. हा अमात्रा किंवा मोजमाप करता येत नाही असा जो ॐ हा, चिरंतन निसर्ग/निर्मिती आहे. ॐ हा ध्वनी/आवाज नाही, फक्त कंपनही नाही, तर ॐ म्हणजे फक्त अस्तित्वच आहे, शुध्द आणि सोपे, सच्चिदानंद-स्वरूप असेही म्हणतात. यात सत्(अस्तित्व), चित्(चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता) व आनंद(ब्रह्मानंद) ठासून भरलेला आहे. जे भूतकाळात, वर्तमानकाळात, भविष्यकाळात आहे ते ॐ चे काल बाधित आकलन/प्रकटीकरण/ विस्तार आहे आणि जे कालातीत आहे तो ॐ चा चिरंतन स्वभाव आहे. हे नदी व सागराची उपमा देऊन अधिक स्पष्ट करता येईल: नदी ही ॐ चे काल बाधित रूप आहे आणि सागर हे ॐ चे कायमचे रूप आहे. नदीला वेगळे नाव व रूप असते, पण जेव्हा ती सागराशी एकरूप होते, तेव्हा ते वेगळे नाव व रूप नाहीसे होते, कारण सर्व नद्या सागरात सागरच

बनतात. ॐ च्या काल बाधित रुपात, निर्मितीत जे काही आहे, ते सर्व ॐ ने नियुक्त केलेले आहे; आणि त्याचे चिरंतन रूप म्हणजे कोणतेही एक विशिष्ट रूप नव्हे, तर ॐ या चिरंतन रुपात; रूप रहीत, काल रहीत व क्षेत्ररहीत/जागा रहीत आहे. म्हणून ॐ नाव-नाम मय, रूपमय तर आहेच, रूपमय व रूप रहीत आहे, कंपन आहे, चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता आहे, निर्मिती आहे म्हणजेच सच्चिदानंद आहे, ॐ सर्वकाही आहे.

आपण ॐ ची भव्यता/सौंदर्य/थाटमाट वर पाहीला, पण ॐ चा जप कसा करावा? ॐ चा मंत्र कसा म्हणावा? ही शंका मनात येऊ शकेल. आपण ॐ ची भव्यता/सौंदर्य/थाटमाट वर पाहीला, पण ॐ चा उच्चार/जप कसा करावा? ॐ चा उच्चार/जप करताना कोणता विचार करावा, विचार करावा की नाही? सर्वसाधारण पध्दतीत असे सांगतात की, ॐ चा उच्चार आखूड/लहान नसावा किंवा तो खूप दीर्घ/मोठाही नसावा. उच्चाराचे ३ प्रकार असतात : आखूड/लहान, मध्यम व दीर्घ/मोठा. पण प्रत्यक्ष ॐ चा उच्चार करताना मध्यम पध्दतीने किंवा मध्यम मात्रेएवढा करावा असे स्वामी कृष्णानंद सांगतात. जेव्हा साधक एका हाताची मूठ वळून, ती हाताची मूठ त्याच्या गुडघ्याभोवती फार हळू नाही किंवा फार सावकाश नाही अशा मध्यम गतीने फिरवितो, व एक फेरी/वर्तुळ पूर्ण झाल्यावर पाची बोटे उघडतो, तेवढ्या वेळाला एक मात्रा असे म्हणतात. असे सलगपणे दोन वेळा केल्यावर दोन मात्रा एवढा वेळ होतो. असे सलगपणे तीन वेळा केल्यावर तीन मात्रा एवढा वेळ होतो. एका मात्रेएवढ्या वेळाला लघु मात्रा म्हणतात. दोन मात्रांएवढ्या वेळाला मध्यम मात्रा म्हणतात. तीन मात्रांएवढ्या वेळाला दीर्घ मात्रा म्हणतात. साधकाने यापैकी त्याला कोणती मात्रा सोयीस्कर/सुखावह आहे हे ठरवून/ओळखून त्या मात्रेएवढ्या वेळात ॐ चा उच्चार करावा. या बाबतीत कोणतीही जबरदस्ती नाही. साधकाला जी मात्रा सोयीस्कर/सुखावह, अमलात आणता येईल अशी वाटेल, त्याच्या स्वभावाला मान्य/सोयीस्कर होईल अशी मात्रा ॐ च्या उच्चारासाठी निवडावी.

ॐ चा उच्चार/जप करताना साधकाने कोणता विचार करावा, विचार करावा की नाही? साधना सुरू करण्यापूर्वी या संदर्भात श्रीमद् भगवद् गीतेतील दुसऱ्या अध्यायातील ७० वा श्लोक लक्षात घ्यावा/आठवावा

१३० ॥ श्रीमद्भगवद्गीता ॥ [अध्याय २

आपूर्यमाणमचलप्रतिष्ठं समुद्रमापः प्रविशन्ति यद्वत्।
तद्वत्कामा यं प्रविशन्ति सर्वे स शान्तिमाप्नोति न कामकामी॥ ७०॥

यद्वत् = जसे
आपः = (संपूर्ण नद्यांचे) जल
आपूर्यमाणम् = चारी बाजूंनी पाण्याने परिपूर्ण असलेल्या
समुद्रम् = समुद्रात
प्रविशन्ति = येऊन मिळते (परंतु)
अचल प्रतिष्ठम् = (समुद्र आपल्या मर्यादेत) अचल स्थित राहतो,
तद्वत् = तसेच
सर्वे = संपूर्ण
कामाः = भोग-पदार्थ
यम् = ज्या संयमी मनुष्याला (विकार उत्पन्न न करताच)
प्रविशन्ति = प्राप्त होतात,
सः = तो मनुष्य
शान्तिम् = परमशांतीला
आप्नोति = प्राप्त होतो,
कामकामी = भोगांची कामना करणारा
न = नव्हे.

साधकाने अशी कल्पना करावी की तो स्वत: एक असा समुद्र आहे, ज्याच्यामध्ये प्रत्येक वस्तूने भरलेली एक नदी, अशा सर्व वस्तूंनी भरलेल्या अनेक नद्या येऊन मिसळत आहेत किंवा एकरूप होत आहेत. या नद्यांच्या वाहण्याच्या मागे ॐ ची शक्तीच आहे याचे भान असू द्यावे.

काही वेळ वरील प्रमाणे ध्यान केल्यावर नंतर अशी कल्पना करा की कोणतीही वस्तू नाही, कोणतीही नदी नाही. फक्त तुम्ही एक अथांग सागर आहात - शांत, स्तब्ध, हालचाल रहीत, केवळ परमानंदाचा अमर्यादीत साठा. वरील प्रमाणे भावनाही मनात आणा, ज्याची कल्पना साधकाने स्वत: करावी, त्याचे वर्णन करणे शक्य नाही. प्रत्येक साधकाने स्वत:ची अशी कल्पना करावी.

ॐ चा उच्चार/जप करत, वरील प्रमाणे भावना जर मनात सतत पाच मिनिटेही टिकून राहू शकली तर तुम्ही या ध्यानाने येणाऱ्या अनुभवांची लेखी नोंद करा. आणि मला (कृष्णानंद स्वामींना) सांगा की तुमच्यात काही फरक पडला की नाही ते. कृष्णानंद स्वामींच्या मते, तुमच्यात फरक पडेलच/बदल होईलच. जर ईश्वराच्या कृपेने रोज चिकाटी/सहनशीलता ठेवून अर्धा तास याप्रमाणे साधक ॐ ची साधना करू शकला तर त्याने असे समजावे की त्याला सामान्य साधकाच्या तुलनेत ईश्वराचे तीनपट आशीर्वाद आहेत किंवा कृपा आहे.

या साधनेने सर्व विश्वच त्या साधकात समाविष्ट/एकरूप होते आणि बाहेर सतावायला/हैराण करायला विश्वच उरत नाही! विश्व किंवा संसार म्हणजे चारी बाजूंनी सतावणारे जाळेच आहे. हे जाळे म्हणजे वर उल्लेख केलेल्या अनेक नद्यांचे प्रवाहच होत, जे एका वैश्विक अस्तित्वात एकरूप होण्यासाठी धावत आहेत. साधक या अनेक नद्यांच्या प्रवाहांना गिळून त्याच्या सार्वत्रिक असलेल्या हृदयात स्थिर करतो. या अनेक नद्यांच्या प्रवाहांची गर्जना नाहीशी होते, जेव्हा ते प्रवाह शांत असलेल्या समुद्रात शिरतात. संसाराचा सर्व त्रास/उद्वेग/राग नाहीसा होतो, जेव्हा सर्व संसार त्यातील त्रासांसह/उद्वेगांसह/रागासह पवित्र, सार्वत्रिक अशा साधकाच्या अस्तित्वात प्रवेश करतो.

सध्या पुरते हेच ईश्वरत्व आहे. हा ईश्वरी साक्षात्काराचा दरवाजा आहे. जर एखाद्या साधकाने दररोज अर्धा तास ॐ चे उच्चारण/जप व ध्यान केले तर जीवत्वाचा बुडबुडा एके दिवशी नक्कीच फुटेल. जीवत्वाचा बुडबुडा फुटून तो ईश्वरत्वात विलीन होईल. या गौरव शाली यशासाठी तयार रहा. आणि त्या वेळच्या साधकाच्या वैभवाचे कोण वर्णन करू शकेल? या अवस्थेच्या विचाराने सुध्दा तुमच्या डोळ्यातून अश्रुधारा येतील - डोळ्यातून अश्रुधारा येतील, शरीर कंप पावेल, कारण ते या अनुभवासाठी तयार नसेल. पतंजली ऋषींनी वर्णन केल्याप्रमाणे 'अंगमेजयत्व' होईल - शरीर कंप पावेल. नदी समुद्राकडे पाहताना विचार करीत आहे की, "हा सागर किती विशाल आहे! मी तेथे कशी जाऊ शकेन? मी त्याच्यापुढे आत्तापर्यंत एक छोटासा प्रवाह आहे. आता मी सर्व दिशांनी अमर्याद अशा सागरात प्रवेश करीत आहे". अशा प्रकारच्या विचारांनी साधकाच्या मनाचा ताबा दहशत घेऊ शकेल. शरीरावरील केस उभे राहतील. साधकाला थरारक अनुभव येऊ शकेल, जणू काही विजेचा धक्का बसल्यावर येतो तसा.

सर्वसामान्यपणे साधकाला वरील प्रमाणे अनुभव येतात, त्यातले काही अनुभव काही फरकाने तुम्हालाही येऊ शकतील. प्रत्येकाला हे सर्व अनुभव असेच येतील असेही नाही. आणि जर ईश्वराच्या कृपेने प्रारब्ध संपले असेल तर, तुम्हाला आज साक्षात्कारही होईल. आणि जर तुम्ही हा भाव ठेवून, साक्षात्काराची आशा ठेवून ॐ चा जप/उच्चार करीत ध्यानाच्या मनस्थितीत गेलात, तर तुमची तहान भूक हरपेल, एक विचित्र शक्ती तुमच्या शरीरात प्रवेश करेल. पर्वत उचलण्यापर्यंत तुमचा आत्मविश्वास वाढेल. तुम्ही खरच पर्वत उचलणार नाही, पण तुमच्यातील प्रेरणा शक्ती व संवेदना शक्ती वाढेल. तुमच्यात अशा शक्तींचा प्रवेश होईल. जर खरोखरच साक्षात्कार झालाच तर, तुम्ही असे पर्वत उचलण्याचे पराक्रमही करू शकता. भगवान श्रीकृष्णांनी गोवर्धन पर्वत उचलला तसे. जीव असे पराक्रम करू शकत नाही, ईश्वरच ते करू शकतो. साक्षात्कार झालेले जीव, सिध्दींना प्राप्त करून असे पराक्रम करतात असेही नाही, कारण त्या वेळी तो जीव शिल्लकच राहात नाही. असे पराक्रम जीव किंवा सिध्द करू शकत नाही, तर ईश्वरच त्याच्या अशा (जीव किंवा सिध्द) साधनांचा वापर करून असे पराक्रम करतो. जेव्हा तुम्ही तुमच्या हाताने लहान दगड उचलता, तेव्हा तुमचा हात तो दगड उचलत नसतो, तर तुम्ही तो दगड उचलत असता. तसेच योगी जेव्हा एखादा चमत्कार करतो, तेव्हा तो ईश्वरानेच केलेला असतो, पण इतर जीवांना तो चमत्कार वाटतो, कारण तसा चमत्कार त्यांना करता येत नाही. मुंगीसाठी, एका माणसाने दगड उचलणे हा एक चमत्कारच आहे. आपण सर्व, मुंग्यासाठी राक्षसच आहोत; आणि तशाच प्रकारे आम्हा जीवांना, सिध्द-पुरूष हे आश्चर्याने भरलेली कामे करणारे पुरूषच वाटतात. पण त्या सर्व सिध्द-पुरूषांमधील दिव्य शक्ती सिध्द-पुरूषांना तेजस्वी बनविते. जसे शरीरातील समान शक्ती विशिष्ट हाताने कार्य करते आणि वजन उचलते, तसेच सुसंवादी वैश्विक शक्ती, जी ईश्वराची शक्ती आहे, सिध्द-पुरूष किंवा जीवनमुक्त यांच्या द्वारे चमत्कार करते. सिध्द-पुरूष किंवा जीवनमुक्त यांच्यात आपल्यापैकी कोणीही असणे शक्य आहे, कोणत्याही दिवशी असणे शक्य आहे.

जर आपण ईश्वराच्या हातातील वाद्य बनलो तर, तेच आमचे आशीर्वाद असतील; आणि जेव्हा आम्ही वैश्विक शक्तीच्या हातातील खरी वाद्ये बनू, तेव्हा आम्ही ईश्वराचे ज्ञान झालेले आत्मे बनू. आम्ही या पृथ्वीवर चालणारे देवच बनू. आम्ही तीर्थ, किंवा पवित्र पाणी बनू. आणि हाच संसारापासून मिळालेला मोक्ष आहे, ही गुलामगिरीतून मुक्ती आहे, जी माण्डूक्य उपनिषदानुसार केलेल्या साध्या उपायाने/पध्दतीने मिळेल. जी आहे - ॐ किंवा प्रणव याचे अचूक पठण/उच्चार, त्याच्या वैश्विक रूपावर मनन करणे. ॐ चे वैश्विक रूप, ईश्वर किंवा ब्रह्म च आहे.

विभाग १-ब व्यक्तिगत आणि परिपूर्ण

मांडुक्य उपनिषदाचा पहिला मंत्र, ॐ च्या स्वभावाचे, आणि ॐ चा संपूर्ण विश्वाशी असलेल्या संबंधात, ॐ चा अर्थ वर्णन करतो. ॐ हे नाम असल्याने, त्याच्याशी संबंधित रूपही दर्शविते, जसे आधीच्या विभागात निदर्शनास आणून दिले होते. ॐ हे एक सार्वत्रिक/सर्वव्यापक नाव आहे, जे सार्वत्रिक रूपाला अशा प्रकारे दर्शविते/संदर्भित करते की; ॐ चे नाम व रूप एकत्र येऊन, एकमेकात मिसळून जातात व एकच अस्तित्व स्थापित होते. ॐ चे नाम जसे सार्वत्रिक/सर्व व्यापक/वैश्विक आहे, तसेच त्याचे रूपही सार्वत्रिक/सर्वव्यापक/वैश्विक आहे, व ॐ चे नाम व रूप दोन्ही नैसर्गिकरित्या एकाच अस्तित्वामध्ये मिसळून एकच होतात; कारण दोन विश्वे एकमेकांपासून विभक्त/वेगळी असूच/राहूच शकत नाहीत. म्हणूनच, ॐ चे सार्वत्रिक/सर्व व्यापक/वैश्विक नाम व रूप एकच होतात आणि साधकाला संपूर्ण एकच अनुभव देतात. तो अनुभव फक्त नामाचा नाही किंवा फक्त रूपाचा नाही, तर दोन्हीचा असला तरी तो दोघांचाही नसतो. ईश्वर केवळ नावाने दर्शविलेले रूप नाही, किंवा तो अशी एखादी वस्तू असू शकत नाही, ज्याचे वर्णन कोणतीही व्यक्ती करू शकेल. सर्व व्यक्ती ईश्वराच्या शरीरामध्ये समाविष्ट असल्यामुळे, त्याच्या बाहेर असलेल्या दुसऱ्या कोणत्याही अस्तित्वाला ईश्वर हे नाव देता येणे शक्य नाही. म्हणूनच, एका अर्थाने आपण असे म्हणू शकतो की ईश्वर अज्ञात आहे. त्याला त्याच्या नावाने कोण हाक मारू शकेल? कुठे आहे तो माणूस जो ईश्वराला, ईश्वराच्या नावाने हाक मारेल! म्हणून मूलत: शब्दाच्या सामान्य अर्थाने असे कोणतेही नाव नाही ज्याने ईश्वराला दाखविता/ओळखता/नियुक्त करता येते. तसेच त्याला एक रूप आहे असेही मानले जाऊ शकत नाही जे एका नामाने किंवा नावाने दाखविता/ओळखता/नियुक्त करता येण्यासारखे आहे. अखेर फक्त एक अवर्णनीय काहीतरी असे नेमलेले आहे, जे ॐ ने किंवा प्रणवाने संबोधित करता येते. अवर्णनीय असल्याने मन:चक्षुंनी त्याला पाहता येऊ शकते, अशा नावाने - जे शक्य तितका सर्वोत्कृष्ट अर्थाचा संदेश देते. त्याला स्वतःचे असे कोणतेही नाव नसले, आणि त्याचे काही विशिष्ट रूपही नसले, तरी आम्ही जीव-पृथ्वीवरील व्यक्ती, त्या सर्व विश्वाला सामावून घेऊन त्यापलिकडेही असलेल्या अस्तित्वाची कल्पनाही करूच शकत नाही. त्याची आमच्या मनामध्ये आधी कल्पना करून, मग त्यावर मनन/चिंतन करून त्यावर ध्यान करावे लागेल, आत्मसाक्षात्कार होण्यासाठी. त्या अवर्णनीय, अमर्याद, इंद्रियातीत अशा वस्तूचे म्हणजे ब्रह्माचे किंवा परिपूर्णाचे, ॐ हे बोध करून देणारे अर्थपूर्ण आणि सूचक पदनाम आहे.

सर्वं ह्येतद् ब्रह्म : हे सर्व खरोखरच ब्रह्म आहे. अशा प्रकारे दुसरा मंत्र सुरू होतो. "ही सर्व निर्मिती/सृष्टी फक्त एकट्या परिपूर्ण ब्रह्मातच आहे" असा या निवेदनाचा खरा अर्थ आहे. ज्याला आपण विश्व म्हणतो ते ब्रह्मच आहे. एतद् वै तत् : "हे, खरंच ते आहे": "ते" आणि "हे", दोन स्वतंत्र वस्तू किंवा पदार्थ, दाखविणारे दोन शब्द आहेत. "ते" दूरच्या वस्तूचा संदर्भ देते आणि जवळील वस्तूंना "हे" म्हणतात. आता असे पहा की "हे" असू शकत नाही "ते" आणि तरीही उपनिषद जाहीर करते की "हे" खरोखर आहे "ते". जर "हे" "ते" असेल तर, त्या दोन वेगळ्या गोष्टी राहात नाहीत. मग हे आणि ते अशी दोन प्रात्यक्षिक सर्वनामे उच्चारण्याची गरज का पडते? व्याख्या प्रक्रिया नावाच्या परिभाषा प्रक्रियेद्वारे, भाग-त्याग-लक्षण (गुणधर्मांचा भागाकार आणि निर्मूलन करून वैशिष्ट्ये ठरविणे), या प्रक्रियेद्वारे, "हे" आणि "ते" या दोन सूचक शब्दांमध्ये समेट घडवून आणता येतो. याचे प्रसिध्द उदाहरणार्थ असे आहे - सामान्यत: एखाद्या व्यक्तीला एकदा दूरवरच्या ठिकाणी पाहिले होते आणि आपण आता त्याच व्यक्तीला दुसर्या ठिकाणी पण जवळ पाहू शकता. सोयम देवदत्त– "हा" आहे "तो" देवदत्त. त्या व्यक्तीला मी देवदत्त म्हटले त्याला मी दूरच्या एका ठिकाणी पाहिले होते. आता मी त्याला

येथे माझ्या जवळ दुसर्या ठिकाणी पाहिले. दोन्ही ठिकाणे पूर्णपणे वेगळी आहेत, कदाचित तो वयाने मोठा झाला असू शकेल; तो आत्ता कदाचित वेगळी भाषा बोलत असेल; दोन भेटीच्या मध्ये वेळ गेल्याने कदाचित तो मला ओळखतही नसेल; दोन जागात अंतर आहे आणि वेळेत फरक आहे, तरीही मी आत्ता त्या व्यक्तीस ओळखले आहे. ही खरंच ती व्यक्ती आहे - एतद् वै तत्.

“हे” आणि “ते” यांचा सलोखा/मेळ; या दोन सर्वनामांचा अर्थ एकच आहे, असे निश्र्चयपूर्वक सांगून होत नाही. परंतु ही दोन्ही सर्वनामे ज्या वस्तूला दर्शवितात, ती एकच आहे, असे दाखविल्याने “हे” आणि “ते” यांचा सलोखा/मेळ होतो. “हे” आणि “ते” कोणतेही प्रतिनिधित्व करीत नाहीत तर ते केवळ वस्तू दर्शवतात. “ते” व “हे” यातील लक्षितार्थ सोडून दिल्यावर, दोन्ही सर्वनामांनी निर्देशित केलेली वस्तू एकच आहे, असे निश्र्चयपूर्वक सांगता येते. उदाहरण - ती व्यक्ती एके काळी एके ठिकाणी होती, आणि आता ती आहे दुसऱ्या वेळी दुसऱ्या ठिकाणी, तरी काही फरक पडत नाही. या भेदांमुळे व्यक्ती ओळखण्यासाठी आम्हाला काही फरक पडत नाही. स्थानाचा (तेथे व येथे) आणि वेळेचा (तेव्हा व आत्ता) फरक, दोन्ही माणसे एकच आहेत, हे समजण्यासाठी सोडून दिले जातात. त्यामुळे दोन्ही वेळी व दोन्ही ठिकाणी दिसलेली माणसे, दोन नसून एकच आहे हे नक्की होते. हीच पध्दत उपनिषदांची विधाने समजून घेण्यासाठी वापरली जाते; जसे: सर्वम् ह्येतद ब्रह्म - हे सर्व ब्रह्म आहे; अयम आत्मा ब्रह्म - माझा आत्मा हा देखील ब्रह्म आहे. येथे तुमच्याकडे आहेत, ही दोन वाक्ये म्हणजे, सर्व उपनिषदातील शिकवणुकीचे शुध्द सार आहे, जे वेदांताचे शेवटचे शब्द आहेत, ज्याला पूर्वीच्या ऋषींच्या शहाणपणाचा/ज्ञानाचा कळस/सर्वोच्य बिंदू म्हणतात. हे विश्व जे आपल्या इंद्रियांच्या जवळ आहे/ इंद्रियांच्यामुळे जाणवते; ते ब्रह्मच आहे, जे आमच्यापासून वेगळे, दूर असल्यासारखे वाटते. आमचे हे व्यक्तिमत्व इतके जवळ दिसते/जाणवते/अनुभवता येते, की त्या व्यक्तिमत्वाचा त्या परिपूर्ण अस्तित्वाशी समेट किंवा मेळ घालता येईल, असे वाटते; जरी ते परिपूर्ण अस्तित्व आपल्या आवाक्यापासून दूर असल्याचे वाटले तरी. आणि शेवटी, प्रत्येक व्यक्ती स्वतःला “हे” आणि ब्रह्माला “ते” असे म्हणू शकेल आणि “हे” आणि “ते” एकच आहे, ही वस्तुस्थिती आहे व हे खरेच आहे. हे व्यक्तित्त्व, हे व्यक्तिमत्व, हे जीवत्व त्या परिपूर्णतेबरोबर शेवटी एकरुप आहे, जो सर्वोच्च आहे, पण दूर असल्याचे दिसते. प्रत्येक व्यक्तीने त्याचा नैसर्गिक स्वभाव ठामपणे सांगितला/तो तसे बनला/आचरण केले, तर तो असे म्हणू शकतो, की ‘हे’ म्हणजे मी - ‘ते’ म्हणजे परिपूर्ण अस्तित्वच आहे. अशा रितीने सर्वकाही ब्रह्मच होते.

अनेक गोष्टी एकच गोष्ट कशा होऊ शकतात, हा दुसरा प्रश्न आहे. सर्वकाही ब्रह्मच आहे. यात बहुविध/अनेक प्रकार, एकाच अस्तित्वात एकत्रित झाल्यासारखे दिसते. हे आश्चर्यकारक आहे कारण आपण बऱ्याच गोष्टींचे समानीकरण/एकीकरण झालेले कधी पाहीले नाही. बऱ्याच गोष्टी ह्या बऱ्याच गोष्टी आहेत आणि एक गोष्ट ही एक गोष्ट आहे. विश्वातील विविधता वस्तूतील भिन्न गुणांमुळे आम्हाला समजते. जर सर्व गोष्टी एकच असल्या तर मग या भिन्नतेचे काय? जेव्हा आम्ही सर्व गोष्टीत एकच वास्तव/सत्य पाहून त्याला ओळखण्याचा प्रयत्न करतो तेव्हा भिन्नतेचे काय होते? येथे पुन्हा तीच पध्दत वापरावी लागेल : ‘भाग-त्याग-लक्षण’ ची, काहीतरी काढून टाकण्याची, आणि समजून

घेताना काहीतरी वेगळं घेण्याची. जसे आपण एखाद्या व्यक्तीस ओळखता जो आधी तेथे होता आणि आता येथे आहे या उदाहरणात लागू नसलेले गुण काढून टाकल्यावर ती एकच व्यक्ती होती हे आपण आधी पाहिले. हे सर्व बहुविध विश्र्व/ब्रह्मांड, एकच/अद्वैत अस्तित्व म्हणून ओळखता येते, जेव्हा अनावश्यक गुणांचे (विविध प्रकारच्या संरचनेसाठी आवश्यक नाहीत असे, व जे विविधतेचे सार म्हणता येईल असे नाहीत आणि जे फक्त आहेत तपशील अपघाती) निर्मूलन करण्याची/काढून टाकण्याची पध्दत वापरली जाते तेव्हा. या पध्दतीत जे अपघाती आहे ते सोडून दिले जाते आणि जे आवश्यक आहे ते घेतले जाते. ब्रह्म हे सार आहे आणि म्हणून ते साराशीच समान आहे असे म्हणता येते. जगातील वस्तूंच्या अपघाती गुणांसह अत्यावश्यक ब्रह्म ओळखले जाऊ शकत नाही. नाव आणि रूप, संरचनात्मक भेद जे आम्ही जगातील गोष्टींच्या निरीक्षणामध्ये पाहतो, ते अपघाती आहेत कारण की क्षेत्र/जागा आणि वेळ यांच्या सीमेतच/बंधनातच त्यांचे अस्तित्व आहे/ते टिकून राहतात. पहिल्या मंत्रातच सांगितल्याप्रमाणे ब्रह्म हे तिन्ही काळांच्या पलीकडे आहे, आणि म्हणून जागा किंवा क्षेत्र याही मर्यादेच्या पलिकडे आहे. या कारणास्तव जागा/क्षेत्र आणि वेळ हे त्याचे गुण आहेत असे म्हटता येत नाही.

जागा/क्षेत्र आणि वेळेचे आवश्यक गुण काय आहेत? ते भिन्नता आणि निर्मिती, एक गोष्ट दुसर्या गोष्टीपासून गुणधर्माने व व्याख्येने भिन्न असते, म्हणजे दोन वेगळ्या गोष्टींच्या व्याख्या व गुणधर्मही भिन्न असतात. प्रत्येक गोष्टीत विशिष्ट गुणधर्म असतात, ज्यांना विशेष असे म्हटले जाते, व या विशेषांमुळे एक गोष्ट दुसऱ्या गोष्टीपासून वेगळी आहे असे समजले जाते, किंवा दोन गोष्टीत फरक केला जातो. या विशेषांच्या संचाला किंवा विश्र्वातील जागा/क्षेत्र आणि वेळ या मर्यादांमुळे सिमित झालेल्या, प्रत्येक वेगळ्या भासणार्या अस्तित्वाला/पदार्थाला/वस्तूला/अचलाला; वेगळे, व्यक्तित्व किंवा अस्तित्व म्हणून बोलले/समजले/ ओळखले जाते. या अस्तित्वांतून त्यांच्या विशेषांना वजा केल्यास त्या सर्व अस्तित्वांचा नाश होईल. आम्हाला पाणी म्हणजे थेंब असेच समजते. एक थेंब दुसऱ्यापेक्षा वेगळा आहे. जेव्हा सर्व थेंब एकत्र होतात/येतात/असतात/आहेत आणि त्यांच्यात कोणताही वेगळेपणाचा गुणधर्म नसतो, तेव्हा आपण त्या साठ्याला समुद्र म्हणतो. आम्ही नंतर, त्यास पूर्णपणे भिन्न गुणनाम/विशेषण देतो. जागा/क्षेत्र आणि वेळ या मर्यादांवर मात करण्यामुळे, गुणधर्मांचे विलीनीकरण होते. काही अर्थाने आणि गुणधर्मांच्या या विलीनीकरणामुळे, त्यात कोणतीही विविधता असल्याचे समजत/जाणवत नाही.

असे म्हणतात की या विश्र्वातील सर्व अस्तित्वात, पाच गुणधर्म आहेतः नाम, रूप, अस्ती, भांती आणि प्रिय. नाम आणि रूप म्हणजे नाव आणि रूप. अस्ती, भांती आणि प्रिय म्हणजे अस्तित्व, प्रदीपन आणि सुखदायक असा गुण. अस्तित्व, प्रदीपन आणि सुखदायक असा गुण, या विश्र्वातील सर्व अस्तित्वांमध्ये पटकन/लगेच/वर दिसत/समजत/लक्षात येत नाही, कारण झगमगणार्या नाव आणि रूपात (सर्व जागेत/क्षेत्रात आणि वेळी) हे तिन्ही आत झिरपून सर्व अस्तित्वांना आतून व्यापून असतात. आम्ही सर्व, नाम आणि रूप म्हणजे नाव आणि रूप या घटकांनी बनलेले आहोत. आपल्या प्रत्येकाला एक नाव आहे आणि एक रूप आहे आणि म्हणूनच या जगाला म्हणतात - नावे आणि रूपे यांचा प्रपंच किंवा जाळे. परंतु, आम्ही अशा वस्तुस्थितीत आहोत की, सर्व वस्तू/पदार्थातील फक्त नाव व रूप आम्हाला समजते/कळते/जाणवते आणि आम्हाला त्याच्या पलीकडे/आत असलेले काहीही

कळत/जाणवत/समजत नाही. परंतु आम्ही नावरूपाच्या पलीकडे असलेल्या, दुसऱ्या कशाच्या तरी इच्छेने प्रेरित होतो; ज्यामुळे आमच्या दैनंदिन जीवनातील तीव्र क्रियाकल्पांपासून, आम्हाला आराम मिळतो, ही वस्तुस्थिती आहे. या अवस्थेत आम्ही केवळ नाव आणि रूपाची इच्छा व्यक्त करीत नाही, तर त्याहीपेक्षा काहीतरी अधिक असलेल्याची इच्छा व्यक्त करतो. तुम्ही का वागता, तुम्ही का विचार करता, कोणत्याही प्रकारच्या कामात स्वत:ला तुम्ही का गुंतवून घेत आहात? या सर्व प्रयत्नांमागे काहीतरी हेतू आहे असे दिसते. हा हेतू केवळ नावाशी किंवा रूपाशी संपर्क/संबंध यावा हा नसून, नाव आणि रूपाचा उपयोग पूर्णपणे भिन्न ध्येयासाठी व्हावा, हाच हेतू वाटतो. आमचे सर्व क्रियाकलाप बाह्यत: एकाच उद्देशावर, म्हणजेच बाह्य संबंधांवर किंवा वस्तूंशी संपर्क/सहवास, यावर विसंबून असतात. पण त्याच्यातील अंतर्गत उद्देश हा असतो की, जो वापरल्या जाणाऱ्या वस्तूंपेक्षा उच्च दर्जाचा, किंवा वस्तूंचा/व्यक्तींचा उपयोग करणे/त्यांना कामाला लावणे; या सर्वांचा जो एक परिणाम होतो, तो आम्ही आमच्यासाठी फायदेशीर मानतो. हा प्रभाव/परिणाम हेच अंतिम उद्दीष्ट आहे, नाव आणि रूप नव्हे. आपण या जगात काही व्यक्तींचा आणि वस्तूंचा पाठपुरावा करीत नाही; तर काही प्रभाव आणि आपला संपर्क व्यक्ती आणि गोष्टींशी आहे त्यांच्याकडे लक्ष देऊन/पाठलाग करून, जे इच्छित असलेले परिणाम घेणे/अनुभवणे हेच अंतिम उद्दिष्ट आहे. जर हे परिणाम मिळाले नाहीत तर, आपण त्या व्यक्ती आणि गोष्टी नाकारतो. तुम्हाला व्यक्ती किंवा वस्तू हव्या असतात असे नाही; तुम्हाला त्या व्यक्तींशी आणि गोष्टी संपर्क साधल्यावर होणारे काही परिणाम हवे आहेत. जर हे परिणाम मिळाले नाहीत तर तुम्हाला त्या व्यक्ती आणि गोष्टींची गरज वाटत नाही/तुम्ही त्या घेत नाही. आपले मित्र शत्रू बनतात किंवा तुम्ही त्यांच्याकडे दुर्लक्ष करता; जेव्हा त्यांच्याकडून अपेक्षित परिणाम मिळत नाहीत, आणि मग तुमच्या इच्छा तिरस्कारात बदलतात, जेव्हा अपेक्षित परिणाम साध्य होत नाहीत तेव्हा. म्हणून त्या नावांची आणि रूपांची किंवा वस्तूंची आपण इच्छा करीत नाही, परंतु त्यांपासून मिळणार्या परिणामांची इच्छा आहे. हा परिणाम काय आहे?

सर्व महत्वाकांक्षी केंद्रांना/अस्तित्वांना अंतिमत: तणावांपासून मुक्तता हवी आहे. तणावांपासून मुक्तता ही आनंदा समान आहे. तुम्ही जेव्हा तणावग्रस्त अवस्थेत असता, तेव्हा असंतुष्ट असता, आणि तणाव नसताना तुम्ही आनंदी असता. आयुष्यात विविध प्रकारचे तणाव असतात आणि प्रत्येक तणाव हे दु:खाचे केंद्र असते. तणावांचे विविध प्रकार आहेत - कौटुंबीक, जातीय, राष्ट्रीय, किंवा आंतरराष्ट्रीय (ज्यास सहसा शीत युध्द म्हणतात); या सर्व तणावात चिंता आणि वेदना/पीडा/यातना असतात. तणावमुक्तीने समाधान मिळते आणि सर्व माणसे त्या समाधानासाठी कार्य करतात. तुम्हाला तणावमुक्त व्हायचे आहे. पण हे सर्व बाह्य तणाव आहेत. या बाह्य तणावांव्यतिरिक्त अंतर्गत तणावही आहेत. अंतर्गत तणावांचा परिणाम बाह्य विषयापेक्षा अधिक/मोठा असतो. ह्या अंतर्गत तणावांना मानसिक तणाव असेही म्हणतात; जे विविध परिस्थितीमुळे होतात/उदभवतात. या मानसिक परिस्थितीत, आमचे व्यक्तिमत्त्व एक जाळे बनते, ज्याला उपनिषदांच्या शब्दात 'हृदय-ग्रंथी' म्हणतात. तंत्र-शास्त्र आणि हठ-योग शास्त्र या ग्रंथीला तीन नावे देतात: ब्रह्म-ग्रंथी, विष्णू-ग्रंथी आणि रुद्र-ग्रंथी. या तिन्ही ग्रंथींचा भेद कुंडलिनी शक्तीच्या जागृतीने किंवा कुंडलिनी शक्तीला बंधमुक्त केल्याने होतो. हे सर्व आपण याआधी कदाचित ऐकले असेल आणि शिकले असेल. ह्या 'हृदय-ग्रंथी' ला दुसरी नावे आहेत : अविद्या, काम

आणि कर्म म्हणजेच अज्ञान, वासना आणि कर्म यांची ग्रंथी. ही वासना आणि संस्कारांच्या तणावांमुळे बनते; हे तणाव अचेतन किंवा बेशुध्द/अर्धचेतन मनात असतात; हे तणाव अपूर्ण इच्छा आणि निराशेची भावना यामुळे बनतात. 'व्यक्तिमत्वा'चे हे एक आवश्यक स्वरूप आहे. आम्ही तणावांचे एक जाळे आहोत. हे जीवत्व आहे. जीव कशापासून बनलेला आहे? तो तणावांच्या एका जमावाने बनलेला आहे. म्हणूनच कोणताही जीव आनंदी असू शकत नाही. आपण नेहमीच चिंताग्रस्त अवस्थेत असतो आणि तणाव सोडण्याची पहिली संधी शोधण्याची उत्सुकता आपल्याला असते. इच्छा पूर्ण करून, जीव तणावापासून मुक्त होण्याचा प्रयत्न करतो, कारण अपूर्ण राहिलेल्या इच्छा तणावात रूपांतरीत होतात. वरवरच्या पृष्ठभागावर असे दिसून येते की, इच्छांची पूर्तता झाल्यावर, तणावातून जीव मुक्त होऊ शकेल; आणि आम्ही नाम आणि रूपाच्या संपर्कात येऊन/त्यांचा वापर करून, त्यातील 'अस्ति-भांती-प्रिय' मध्ये प्रवेश करू शकू. परंतु आपण इच्छा पूर्ण करून, तणावापासून मुक्त होण्याची जी पध्दत अवलंबली आहे, ती चुकीची आहे. हे खरे आहे की, इच्छा पूर्ण केल्याच पाहिजेत, आणि जोपर्यंत इच्छा पूर्ण होत नाहीत, तोपर्यंत जीव तणावमुक्त होऊ शकत नाही. पण आम्ही आमच्या सर्व इच्छा कशा पूर्ण कराव्या? आम्ही एक अतिशय चुकीची पध्दत अवलंबली आहे म्हणून, आम्ही कितीही जन्म घेतले तरीही, आमच्या सर्व इच्छा कधीही पूर्ण करू शकणार नाही. वस्तूंशी संपर्क साधण्यातून, वासना पूर्ण केल्या जाऊ शकत नाहीत, कारण वस्तूंचा संपर्क, संपर्काची पुनरावृत्ती करण्याची इच्छा, आणखी उत्तेजित करतो, जी पुन्हा याच क्रमाने, अतिरिक्त इच्छेस उत्तेजन देते, आणि हे चक्र सतत-न थांबता सुरू राहते : वस्तूंची इच्छा आणि उत्कट इच्छा निर्माण करणार्या वस्तू, वस्तूंची इच्छा आणि उत्कट इच्छा निर्माण करणार्या वस्तू. हे संसार चक्र चाकासारखे आहे. पुन्हा तेच मी सांगत आहे - वस्तूंशी संपर्क साधण्यातून, वासना पूर्ण केल्या जाऊ शकत नाहीत. याउलट इच्छा, वणवा लागल्याप्रमाणे अधिकच प्रज्वलित होतात, अशा वस्तूंशी संपर्क आल्यावर. इच्छा उद्भवतात, वस्तूंच्या/गोष्टींच्या रचनेबद्दल असलेल्या अज्ञानामुळे. जोपर्यंत हे अज्ञान दूर केले जात नाही, तोपर्यंत तणाव कमी होणार नाहीत. आणि हे अज्ञान काय आहे? बहुविधता एक वास्तव आहे, या कल्पनेच्या रूपातच/कल्पनेतच अज्ञान दडलेले आहे. आणि ही कल्पनासुध्दा अज्ञानच आहे की, बहुविधतेतील सर्व मर्यादित वस्तूंना एकत्र केले/साठविले की मग आम्हाला असीम समाधान मिळू शकेल, ज्याची सर्वजण अभिलाषा धरतात ते समाधान. मर्यादित गोष्टींची बेरीज/एकत्रीकरण म्हणजे परिपूर्णता/असीमता नाही, आणि म्हणून मर्यादित गोष्टींशी आलेल्या संपर्काचा परिणाम, असीम समाधानात होऊ शकत नाही. नाम-रूप-प्रपंच म्हणून योग्य मार्ग नाही : 'अस्ति-भांती-प्रिय'च्या अनुभूतीपर्यंत नेणारा. पण नाम-रूप-प्रपंच तर आम्हाला आमच्या दररोजच्या कार्यात मानेने किंवा हाताने इशारा करून बोलावितो.

आम्हाला चिरस्थायी अस्तित्व किंवा अमरत्व हवे आहे. आम्ही मरू इच्छित नाही. ही आमच्यातील अस्तित्वाची भावना आहे. लोकांनी आम्हाला हुशार म्हणावे असे आम्हाला वाटते. कमीतकमी आम्हाला मूर्ख तरी मानू नये असे आम्ही इच्छितो. ही 'भांति किंवा चित'ची जाणीव आहे, जी आम्हाला पुढे जायला उद्युक्त करते. आणि आम्हाला सुख पाहिजे आहे, वेदना किंवा दु:ख आम्हाला नको आहे. हीच आमची 'प्रिय' किंवा 'आनंदा'ची आच/आकांक्षा आहे. कायमस्वरूपी अस्तित्वाचा आग्रह, शक्य झाल्यास अमर जीवन ही 'अस्ति' किंवा 'सत्'ची किंवा 'अस्तित्वा'ची इच्छा/आच/आकांक्षा आहे. ज्ञान, शहाणपणा,

प्रदीपन, समजून घेणे, माहिती घेणे म्हणजे 'भांती' किंवा 'चित्'चा किंवा 'जाणीवे'चा आग्रह/ इच्छा/ आच/आकांक्षा आहे. सुख, आनंद, समाधानीपणा यांचा आग्रह म्हणजे 'अस्तित्वाची जाणीव असलेल्या असीम समाधाना'चा किंवा 'प्रिय' चा आग्रह/इच्छा/आच/आकांक्षा आहे. हे 'अस्तित्व-चैतन्य-आनंद' या तीन भागांचे मिश्रण आहे, जे स्वतःला प्रकट करते, प्रत्येक नाव आणि रूपाद्वारे. जे आम्हाला आमच्या जीवनात खरोखर पाहिजे आहे, ते म्हणजे फक्त नाव आणि रूप नाहीये. वस्तू किंवा नावे आणि रूपे, यांच्या संपर्कातून आम्ही शोधत आहोत 'अस्ती, भांती आणि प्रिय' यांना. नाव-रूपाच्या माध्यमातून आम्ही सच्चिदानंद शोधत आहोत. आम्ही देखाव्यात वास्तव शोधतो, आम्ही सापेक्षात परिपूर्ण शोधतो, आम्ही सर्व सृष्टीमध्ये ब्रह्म शोधतो, आम्ही जगात ईश्वराला शोधतो. तेच आम्ही शोधत आहोत. आमच्या सर्व क्रियाकलापांमध्ये, कार्यालय किंवा फॅक्टरीतील काम असो, आम्ही जे काही काम करतो, त्यामागील हेतू असा आहे की, सर्व अंतर्गत तणाव, अंतिमत: व पूर्णपणे सोडणे किंवा नाहीसे करणे, ज्यायोगे अमर्याद समाधान प्राप्त/संपादन करता येईल, यासाठी आम्ही प्रयत्न करीत आहोत.

तर नाम-रूप-प्रपंचात, या सर्व विविधतेत, ह्या विश्वात, अंतिमतः ते 'ब्रह्म'च आहे. जसे अलंकारांमध्ये शुध्द सोनेच असते, तसेच सर्व नाव-रूपात आम्हालाही 'अस्ती, भांती, प्रिय' किंवा सच्चिदानंद मिळेल. अलंकाराचे रुप हा त्यातील सोने ओळखण्यासाठी अडथळा ठरत नाही. वेगवेगळ्या दागिन्यांमध्ये रचनात्मक फरक काहीही असला तरी, सोने हा सर्व दागिन्यांमध्ये सामान्य व प्रमुख घटक आहे. आम्ही म्हणू शकतो की हे सर्व दागिने सोन्याचे आहेत. या निवेदनात काही विरोधाभास आहे का? सर्व अलंकार म्हणजे सोने आहे, कारण सर्व दागिने सोन्याचे बनलेले आहेत. त्याचप्रमाणे, हे सर्व ब्रह्मच आहे. रचनात्मक घडणेमुळे स्वरुपाची/साराची ओळख पटण्यात अडथळा येत नाही. सर्व मातीची भांडी मातीपासून बनलेली आहेत. म्हणून आम्ही म्हणू शकतो की, ही सर्व भांडी म्हणजे माती आहे. सर्व झाडे लाकूड आहेत. सर्व समुद्र म्हणजे पाणी आहे. या उदाहरणांमध्ये विविधतेमुळे साराचे अस्तित्व जाणण्यात अडथळा येत नाहीये. विविधता सार नाकारत नाही. विविधता देखील सारच आहे, आणि या प्रचंड विश्वातील विविधतेच्या बाबतीत, म्हणूनच हे सर्व कसे एकत्र केले जाऊ शकते किंवा "ते-ब्रह्म" आहे, असे कसे सांगता येईल, याबद्दल उत्सुकता दाखविण्याची आवश्यकता नाही. लांब असलेले ते, हे जवळचे कसे असू शकते?

प्रत्येक भौतिक वस्तूत दोन पैलू असतात जे आहेत - एक म्हणजे सार आणि दुसरा म्हणजे विश्वात असलेले अंतर. जगातील विविध रंग, विविध रूपे असलेल्या पदार्थामध्ये सारही वेगवेगळे असले पाहिजे असे भासते. उदाहरणार्थ एक जंगल घ्या. एकही झाड दुसर्या झाडासारखे नसते. एकाच झाडाचे एक पान देखील दुसऱ्या पानासारखे नसते. झाडात अनेक प्रकार आहेत - उंच झाडे, लहान झाडे, जाड झाडे, पातळ झाडे इत्यादी. एवढा फरक असूनही, सर्व झाडे ही लाकूडच आहेत. खुर्च्या आणि टेबले यांच्या बनावटीत फरक असला तरी सर्व लाकूडच आहेत. त्याचप्रमाणे हाच नियम जगातील सर्व वस्तूंच्या बाबतीतही लागू होतो. सर्व गोष्टी रचनात्मकरित्या भिन्न असल्या तरी त्यांचे सार एकच आहे. आता सार हा पदार्थांचा/वस्तूंचा एक पैलू आहे. दुसरा पैलू म्हणजे ते रचनात्मकरित्या भिन्न का दिसतात? हा रचनात्मक फरक, हा अस्तित्वामध्ये जागेने व वेळेने केलेल्या हस्तक्षेपाचा एक परिणाम आहे.

त्यालाच 'स्पेस-अँड टाइम' - 'जागा व वेळ' म्हणतात, जे समजणे थोडे कठीण आहे. 'जागा व वेळ', जगातील गोष्टींच्या स्पष्टीकरणात, एक महत्वाची भूमिका निभावत आहेत असे दिसते, आणि या दोन्हीपैकी कोण सर्वात जास्त महत्वाची, किंवा महत्वाची भूमिका निभावत आहेत, हेही समजणे थोडे कठीण आहे. आपण फक्त जागा आणि वेळात गोष्टी पाहत नाही. ही प्रत्यक्षज्ञानाच्या मानसशास्त्राची एक महत्वाची बाजू आहे. आम्ही गोष्टींमधील जागा आणि वेळ या वास्तविकतेकडे दुर्लक्ष करून, नेहमीच वस्तू/गोष्टींमध्ये व्यस्त/गुंतलेले राहतो. जागा आणि वेळ (ज्या अंतर्गत असतात पण) ह्या काही अस्तित्वातच नाहीत अशा भावनेने, त्यांच्याकडे दुर्लक्ष केले जाऊ शकते; आणि यामुळे आम्ही फक्त चिंता करतो ती, घन गोष्टी किंवा घन वस्तूंची. हा एक गैरसमज आहे. आधुनिक शास्त्रज्ञ आम्हाला सांगतील की, जागा आणि वेळ दोन्हींना, वस्तूंच्या घनतेत/भरीवपणात एवढेच महत्त्व कसे आहे ते.

वस्तूंचा घनपणा आणि रचना, जागा आणि वेळ यांच्याशी संबंधित विविध घटकांवर अवलंबून असते. वस्तूचे स्थान, ती पाहणार्या व्यक्तीचे केंद्र आणि त्या वस्तूचा इतर वस्तूंशी असलेला संबंध; हे सर्व दिलेल्या कोणत्याही एका वस्तूच्या, रचनेच्या स्वरुपाचे निर्धारण करतात/ठरवितात. येथे मी तुम्हाला सल्ला देतो की, तुम्हाला आवडत असल्यास, आधुनिक विज्ञानाने लावलेल्या काही शोधांचा अभ्यास करा, विशेषत: भौतिकशास्त्रातील. वस्तू सेंद्रियपणे/जैविकपणे/मूलत: वेळ व जागेत गुंतविलेल्या/गुंफलेल्या आहेत. त्या फक्त जागा आणि वेळेशी कबुतराच्या शेपटीसारखे, बाह्यात किंवा यांत्रिक रित्या जोडलेल्या नाहीत. असे नाही की वस्तू जागेत लटकत आहेत व जागेशी जोडलेल्या नाही. आधुनिक भौतिकशास्त्र असेच म्हणते, की वस्तू सेंद्रियपणे/ जैविकपणे/ मूलत: वेळ व जागेत गुंतलेले आहेत. सध्या जागा आणि वेळ या दोन वेगळ्या गोष्टी नसून, त्याएवजी दोन्ही मिळून एकच गोष्ट आहे असे मानले जाते. स्पेस-टाईमच्या (जागा आणि वेळ) निरंतरते मध्ये रचनात्मक भिन्नता असल्याने, जागेमधील वस्तूच्या रचनेतही काही भिन्नता असते. शेवटी आम्हाला सांगितले जाते की, फक्त स्पेस-टाइमच अस्तित्वात आहे, कोणतीही वस्तू अस्तित्वात नाही. आणि तथाकथित व्यक्ती आणि वस्तूंमध्ये, आम्ही इतके व्यस्त आहोत ते सर्वकाही, फक्त स्पेस-टाइमच आहे, हे आम्ही विसरतो. आम्ही काय करीत आहोत हे जाणून न घेतल्यामुळे, आम्ही वस्तूंना नकळतपणे मिठी मारत आहोत. तर अगदी रचनात्मक फरकसुद्धा भ्रामक आहेत आणि सर्वात शेवटी, जागेचा आणि वेळेचा फरकही खरा/वैध नाहीये. म्हणून सर्व वस्तूंचे सार एकच आहे, तसेच जागा आणि वेळ हे फरक, विविधतेमागे असलेल्या या ऐक्यात/एका सारात विलीन होतात. "एकम सत् विप्रा बहुधा वदंती", ज्याचा अर्थ असा आहे की, 'एकच अस्तित्व अनेक म्हणून ओळखले जाते' ही आहे वैदिक आहे घोषणा, महान ऋषींनी केलेली. ते (सर्व सामान्य लोक) एकाच साराला पाहतात, अनेक वस्तू असल्यासारखे. त्या एकाच साराला अनेक नावे दिली जातात. या कारणास्तव, नावे व रूपांपासून जग/विश्र्व बनते, ही वस्तुस्थिती वरवर वाटते; पण स्पेस टाईमच्या रचनेमध्ये हे जग/विश्र्व त्वरित निराकरण करण्यायोग्य आहे, हे नक्की ठरले आणि शेवटी स्पेस टाईमची रचनासुध्दा एकमेव सारात/चैतन्यात/ब्रह्मात निराकरण करण्यायोग्य आहे हे नक्की ठरले. म्हणजेच "सर्वं ह्येतद् ब्रह्मा" - हे सर्व जग/विश्र्व ब्रह्मच आहे. ते ब्रह्म स्वत:च्या प्रकाशाने, वस्तूंच्या विविधतेत, स्वतःला प्रकाशित करते, त्याच्या वैभवशाली अनेकविध रूपात.

बरं, जर हे सर्व जग/विश्र्व जर ब्रह्मच असेल, तर हे न सांगताच समजता येईल की, आमच्यातील स्व/स्वत: सुध्दा ब्रह्मच आहे: अयम आत्मा ब्रह्म - माझा हा आत्मा ब्रह्म आहे. आम्हाला या प्रकरणात पुन्हा एकदा स्पष्टीकरण देण्याची गरज नाही. हे आता स्पष्ट झाले आहे की हे ब्रह्म/आत्मा सर्वांमध्ये समाविष्ट आहे. "सर्वं ह्येतद् ब्रह्मा" सर्व ब्रह्म आहे; म्हणून, अयम आत्मा ब्रह्म - माझा हा आत्मा ब्रह्म आहे. कोणता स्व जो आत्मा आहे हा आणखी एक प्रश्न आहे. हा स्व म्हणजे काय आहे? आम्ही सहसा असे मानतो की, आमच्या शरीरात हालचाल करणारे जे चैतन्य आहे, त्यालाच आम्ही 'स्व' म्हणतो/समजतो. आम्ही असेही म्हणतो की 'मी स्वतः', 'तू स्वतः', 'तो स्वतः', इत्यादी. असे शब्द आपल्याद्वारे सामान्य भाषेत वापरले जातात. आता हे वर वर्णन केले सर्व 'स्व' खोटेच आहेत, वास्तविक नाहीत, कारण 'मी स्वतः', 'तू स्वतः', 'तो स्वतः' असे म्हणत विविध प्रकारचे स्व, आपण बनविले आहेत. हे सर्व मिथ्या-आत्मा किंवा गौण-आत्मा किंवा दुय्यम आत्मा किंवा महत्वहीन आत्मा आहेत. खरा किंवा वास्तविक किंवा प्राथमिक किंवा परिपूर्ण किंवा मुख्य स्व/आत्मा नाहीत. जर सर्वकाही स्व आहे, आणि स्व हा ब्रह्मच आहे, तर कोणत्याही बाह्य गोष्टीस, वस्तू मानणे अशक्य आहे. सर्व वस्तू पुन्हा कर्त्या/द्रष्ट्या मध्ये एकत्र होतात, कारण ब्रह्म हा एकमेव कर्ता/द्रष्टा आहे, पाहणारा आहे, द्रष्टा-पुरूष आहे, अंतिम प्रेक्षक/पाहणारा, ज्याला चैतन्य असेही म्हणतात, जे एकाच वेळी प्रेक्षक/पहाणारे आहेत आणि ज्यांना ते पाहते - त्या सर्व वस्तूही तेच आहे. ब्रह्म कधीही वस्तू बनत नाही. जर ब्रह्म वस्तू नसेल आणि जर सर्व गोष्टी म्हणजेच ब्रह्मच असेल - 'सर्वं ह्येतद् ब्रह्मा', तर मग सर्व गोष्टी स्व/ब्रह्मच झाल्या. तर मग या अनुभवास सार्वत्रिक/वैश्र्विक पाहणे म्हणता येईल. याचा अर्थ एकमेव द्रष्ट्याच्या बाहेर, वस्तूशिवाय द्रष्ट्याचे बघणे होय. हा एक समजण्याचा असामान्य मार्ग आहे, कारण येथे ज्याचे आकलन करायचे त्या वस्तूशिवाय त्या वस्तूचे आकलन होते. हे एक ज्ञान आहे ज्ञात वस्तूशिवाय. जेव्हा ज्ञानाबाहेर कोणतीही बाह्य वस्तू नसते, तेव्हा सर्व ज्ञान होते, असे भगवद-गीता सांगते - 'ज्ञानम्, ज्ञेयम्, ज्ञानगम्यम'. हे ज्ञान असे ज्ञात आहे, जे ज्ञानाने मिळवायचे आहे. तो ज्ञानाचा महासागर आहे, कारण त्या बाहेर कोणतीही वस्तू नाही. या कारणास्तव, या ज्ञानाला आपण स्व किंवा आत्मा/ब्रह्म म्हणतो. आत्म्याचे स्वरूप ज्ञान आहे, ज्ञात नाही, वस्तुनिष्ठता नाही. हा विश्वव्यापी आत्मा म्हणजेच ब्रह्म आहे; जो वैयक्तिक जिवात्मा नाही, तर सार्वत्रिक परमात्मा आहे, ह्येतद् ब्रह्मा. हे ब्रह्म म्हणजेच स्व, जे सार्वत्रिक आहे. याचे सामान्य उदाहरण - सर्वव्यापी आकाश/जागा एखाद्या भांड्यात समाविष्ट आहे असे म्हणणे. आकाश/जागा सर्वव्यापी/सार्वत्रिक आहे पण वरवर पाहता एखाद्या भांड्यात किंवा खोलीत समाविष्ट झाल्याने आकाश/जागा मर्यादित झाल्यासारखी दिसत आहे. एका खोलीतील आकाशाला/जागेला, ती खोलीत आहे, म्हणून मर्यादित आहे, असे म्हणू शकता का? आकाश/जागा आपण चार भिंती बांधून खरच मर्यादित करू शकत नाही. जेव्हा एखादे भांडे एका जागेवरून दुसर्या जागी हालते, तेव्हा त्यातील आकाश त्या भांड्याबरोबर हालते, असे आपण म्हणू शकत नाही. तसेच आत्मा व्यक्तीबरोबर हालचाल करत नाही. तुम्ही लांबचा प्रवास कराल, पण आत्मा मुळीच जागचा हालत नाही, कारण तो सार्वत्रिक/विश्र्वव्यापी आहे. तो कुठे हालणार? सार्वत्रिक/विश्र्व कुठे हलणार? - सर्वं ह्येतद् ब्रह्मा; अयमात्मा ब्रह्म.

ब्रह्म जे वैश्र्विक आत्मा आहे, त्याच्यासारखे बनता येते, व्यक्तीगत अनुभव घेण्याची पध्दत अनुसरून.

मांडुक्य उपनिषदाने हीच पध्दत, ज्यायोगे व्यक्तीगत अनुभव घेऊन, वैश्विक आत्मा जो ब्रह्मच आहे, बनता येते. या पध्दतीत, ब्रह्माला 'ॐ' हे नाव देऊन, मांडुक्य उपनिषदाने ॐ ची व्याख्या सांगून, स्वचे/आत्म्याचे, जो अंतिम कर्ता/प्रेक्षक आहे; विश्लेषण आणि संश्लेषण (म्हणजे समन्वय किंवा एकत्रीकरण जे विश्लेषणाच्या विरूध्द आहे) यांनी बनलेली हीच प्रक्रिया/मार्ग सांगायला सुरवात केली आहे. आधी स्पष्ट केल्या प्रमाणे, आपल्याला वस्तूंची चिंता नाही, तर आपल्याला आपले लक्ष फक्त कर्त्याकडे/अंतिम प्रेक्षकाकडे द्यायचे आहे, कारण तोच आपल्याला ब्रह्म स्थितीत नेणार आहे. असे का? कारण, ब्रह्म हाच सर्वोच्च कर्ता आहे, तो कोणतीही वस्तू नाही. म्हणून विश्लेषण आणि संश्लेषण यांनी बनलेल्या या प्रक्रियेत/मार्गात, मांडुक्य उपनिषदात दिलेल्या, यापुढील मंत्राद्वारे आपण त्या कर्त्याचाच अभ्यास करणार आहोत. या प्रक्रियेत/मार्गात, वस्तूंकडे आपण बघणार नाही, त्यांची चिंता करणार नाही; कारण जेव्हा सार्वत्रिक/वैश्विक कर्त्याला, जाणून घेण्याच्या या प्रयत्नात वस्तूंना काहीही स्थान नाही.

हा कर्ता म्हणजेच आत्मा, ज्याची तपासणी आपण आता करणार आहोत, त्याचे ह्या विश्लेषणासाठी चार भाग/अंग आहेत, असे सांगितले आहे. - सोऽयमात्मा चतुष्पात्. हा आत्मा चार भागांचा आहे म्हणजे नक्की काय? गायीला चार पाय असतात, तसे ते आहेत का? गायीचे चार पाय एकमेकांपासून वेगवेगळ्या जागी असतात, तसेच एक पाय दुसर्या पायापासून भिन्न असतो. आपण ते चारी पाय वेगवेगळे पाहू शकतो. आत्म्याचे चारी भाग असेच आहेत काय? उपनिषद जेव्हा म्हणते - सोऽयमात्मा चतुष्पात्, तेव्हा त्याचा नक्की अर्थ काय? आत्म्याचे चार भाग गायीच्या चार पायांप्रमाणे नाहीत. रूपयाचे जसे चार भाग (पूर्वीच्या भाषेत रूपयाच्या ४ भागांपैकी एका भागाला चवली म्हणत, ज्याची किंमत २५ पैसे किंवा १/४ रूपया एवढी होती) असतात, जे वेगळे दिसत नाहीत. एका रूपयात चार भाग असतात, पण ते रूपयापासून वेगळे करून दाखविता येत नाहीत. तुम्ही त्यांची रूपयातील उपस्थिती ओळखता, पण डोळ्यांना ते दिसत नाहीत. याच अर्थाने उपनिषदात, आत्म्याचे चार भाग आहेत असे म्हटले आहे. मांडुक्य उपनिषदाने आत्म्याचे चार भाग सांगितले आहेत, ते आत्म्याचे विश्लेषण करण्यासाठी सांगितलेले चार पैलू/बाजू आहेत. हे चारी पैलू/बाजू आत्म्यापासून वेगळे काढता येत नाहीत, पण ते एकाच आत्म्याचे चार विभाग आहेत. हे चारी भाग, ह्या चारी भागांचा अभ्यास करून, आपण आत्म्याच्या नैसर्गिक गुणधर्मांविषयी, आपण जाणून घेणार आहोत. आणि मांडुक्य उपनिषदाचा हाच मुख्य विषय आहे, तसेच इंद्रियांच्या व मनापलीकडील आत्म्यापर्यंत जाण्याची ही एक पध्दतही आहे. हे माण्डूक्य उपनिषद स्वत:तच, वेदांताचा विस्तृत अभ्यास आहे, कारण काही शब्दांत/वाक्यांशात/वाक्यांमधे, जे आमचे आयुष्यातील प्राथमिक कर्तव्य आहे ते, त्यात सांगितले आहे. खालच्या स्तरावरून वरच्या स्तरावर जाण्यासाठी विश्लेषण करताना, काहीही न वगळता, पण त्यातील सर्वकाहीचा समावेश असेल असा, विश्लेषण करण्याचा मार्ग आहे. आम्ही विश्लेषणात्मक प्रक्रियेत प्रवेश करतो, स्वत:च्या मर्यादा पार करुन, कारण एकटे संश्लेषण पुरेसे नाही.

आपण जर विश्र्वातील सर्व वस्तूंचे एकत्रीकरण केले, एकमेव ब्रह्माच्या संश्लेषणासाठी, तर आपल्याला कदाचित विशालता मिळेल आणि हे भौतिक विश्वच तुम्हाला ब्रह्म वाटेल. हा गैरसमज दूर करण्यासाठी, उपनिषदात इंद्रियांच्या व मनाच्या पलीकडे असलेल्या, आत्म्यापर्यंत पोचण्याच्या पध्दतीचा परिचय/ओळख करून दिला आहे. संपूर्ण दृश्यमान विश्वातील सर्व गोष्टींची/वस्तूंची बेरीज करून एकच पदार्थ/व्यक्ती तयार करून त्याला विश्र्वाचे सार/स्वरूप असे नाव देणे योग्य नाही; याखेरीज या एकत्रित स्वरुपाच्या देखील पलीकडे जाणे आवश्यक आहे, कारण विश्वाचे भौतिक गुण, म्हणजेच आत्म्याचे आवश्यक स्वरूप असे नाही. ब्रह्म भौतिक नाही, ते सार्वत्रिक भौतिक देखील नाही ज्याला विश्व म्हणतात. तर, आम्ही पायर्या-पायर्यांनी, हळू-हळू आमचा स्तर उंचावत,

ब्रह्मापर्यंत असलेले सर्व स्तर ओलांडणे आवश्यक आहे. आत्म्याचे चार पाय सांगितले आहेत मांडुक्य उपनिषदानी. हे चार पाय म्हणजेच, मर्यादा ओलांडण्याचे चार स्तर/टप्पे/अवस्था आहेत.

आपण सर्व तपशीलांना एकत्र आणून सार्वत्रिक एकता साधली आहे. आता आम्ही सार्वत्रिक शारीरिक अवस्थाही पार करीत आहोत, पुढे असलेल्या सार्वत्रिक मानसिक किंवा सार्वत्रिक सूक्ष्म अवस्थेच्या प्राप्तीसाठी. त्यानंतर त्याहूनही पुढे असलेल्या वैश्विक कारण अवस्थेत पोहोचून; तीही पार करू आणि नंतर पोहोचू पुढे असलेल्या वैश्विक अध्यात्मिक अवस्थेपर्यंत. या अवस्थेला वैश्विक असे सुध्दा आपण म्हणू देखील शकत नाही. आम्ही त्या अवस्थेला परिपूर्ण म्हणू शकतो. तर आपल्याकडे भौतिक अवस्था आहे, सूक्ष्म अवस्था आहे, कार्यकारण अवस्था आहे आणि अध्यात्मिक अवस्था आहे. हे चार पाय आहेत त्या आत्म्याचे. किंवा त्याऐवजी आत्म्याच्या अभ्यासाचे चार पैलू आहेत, आत्म्याचे स्वरूप जाणून घेण्यासाठी, किंवा स्वत: ची मर्यादा ओलांडण्याचे चार चरण/स्तर/अवस्था, ज्यांचे मांडुक्य उपनिषदामध्ये वर्णन केले आहे. या चार टप्प्यांना म्हणतात जागृत, स्वप्न, सुषुप्ती आणि तुऱ्या - जागृत अवस्था, स्वप्नांची अवस्था, झोपेची अवस्था आणि अतींद्रिय अध्यात्मिक अवस्था. चैतन्याची/चेतनेची ही चार राज्ये/अवस्था आहेत, आणि चैतन्याचा अभ्यास हा ब्रह्माचा/परिपूर्णाचा अभ्यास करण्यासारखाच आहे. कारण चैतन्य/चेतना हीच परिपूर्ण किंवा ब्रह्म आहे. - प्रज्ञानं ब्रह्म - प्रज्ञा/चैतन्य/चेतना हेच ब्रह्म आहे.

चैतन्याचा व त्याच्या चार अवस्थांचा अभ्यास हा विषय आहे मांडुक्य उपनिषदाचा. यापैकी जागृत, स्वप्न व झोप या अवस्थांमध्ये, काही ठराविक, तात्पुरत्या, अपघाती परिस्थितींशी चैतन्य जोडलेले दिसून येते. त्याचे मूळ, शुध्द स्वरूप आहे, परिपूर्णतेची अवस्था. तर आपल्याला ब्रह्मापर्यंत पोचण्यासाठी प्रत्येक अवस्थेचा अभ्यास करावा लागेल - जागृत, स्वप्न, झोप व परिपूर्णतची अवस्था या चारी अवस्थांचा अभ्यास करावा लागेल, आत्म-ज्ञान प्राप्त करण्याच्या फायद्यासाठी. खालच्या अवस्थेतून वरच्या अवस्थेत जाण्यासाठी, खालच्या अवस्थेला नाकारू नका. वर जाण्याच्या या प्रगतीमध्ये, खालच्या गोष्टीस नकार देऊ नका, खालची गोष्ट नाकारू नका किंवा तिला नापसंत/अयोग्य/निरूपयोगी म्हणून टाकून देऊ नका किंवा तिचा त्याग करू नका. परंतु उदात्तीकरण करून खालची अवस्था वरच्या अवस्थेमध्ये समाविष्ट करा. जसे आठवी इयत्ता समाविष्ट/जरूरी आहे मॅट्रिकच्या परिक्षेसाठी, मॅट्रिकची परिक्षा समाविष्ट/जरूरी आहे पदव्युत्तर परिक्षेसाठी, पदव्युत्तर परिक्षा समाविष्ट/जरूरी आहे मास्टर होण्यासाठी. तुम्ही शैक्षणिक क्षेत्रात प्रगती/कामधंदा करता तेव्हा, तुम्ही निम्न मानकांना/इयत्तांना नाकारत नाही, परंतु त्यापेक्षा उच्च अवस्थेला जाऊन त्यांचे उदात्तीकरण करता. आत्मज्ञानाची हीच प्रक्रिया आहे. जेव्हा तुम्ही उच्च स्थितीत जाता तेव्हा तुम्ही खालच्या स्थितीला नाकारत नाही किंवा सोडून देत नाही, तर त्यापेक्षा वरच्या स्थितीमध्ये, खालची स्थिती समाविष्ट करता, एका उच्च रूपांतरित स्वरूपात. वरच्या स्थितीत, वास्तविक मूल्यात खालची स्थिती असतेच. जेव्हा तुम्ही स्वप्नातून जागे होता, तेव्हा तुम्ही स्वप्नाचे मूल्य किंवा महत्त्व नाकारत नाही, परंतु तुम्ही स्वप्न अवस्थेला तिच्या मूल्यासह, तिच्यापेक्षा उच्च असलेल्या अवस्थेत, ज्याला जागृत अवस्था म्हणतात, त्यामध्ये उदात्तीकरण करून सामिल करता. जसे स्वप्नातून जागे होऊन देहभानात आल्यावर तुम्ही आनंदी होता. स्वप्नातील वस्तू गमावल्यामुळे, केवळ आपण जागे झाल्यामुळे, तुम्ही काही दु:खी होत नाही. आणि असे म्हणत नाही की, 'ओ, मी का उठलो! मी स्वप्नातील माझा खजिना गमावला आहे'; तुम्ही असे दु:खी होत नाही. तुम्ही फक्त आनंदी होता, की कल्पित चिंता संपली आहे. त्यामुळे तुम्हाला बरंच वाटतं, मग

अशाच सर्व अवस्थांच्या पलिकडे जाण्यासाठी, इंद्रियातीत होण्यासाठी स्वच्या खालच्या मर्यादा ओलांडण्याची महान प्रक्रिया आहे आणि याच्या शेवटी आहे देव-प्राप्ती किंवा आत्मज्ञान. स्वत:च्या सर्व खालच्या मर्यादा ओलांडण्याच्या, सर्वोच्च प्रक्रियेने आपण स्वत:ला ईश्र्वरच बनवितो, आणि त्यानंतर शेवटची गोष्ट जी आपण प्राप्त करतो, ती म्हणजे त्या ईश्र्वराच्या अवस्थेत सतत राहणे होय. या अवस्थेत जगाला नाकारले जात नाही किंवा सोडून दिले जात नाही; तर त्या जगाला, त्यातील जीवनशक्ती रूपातच शोषून घेतले जाते, आणि ती जीवनशक्ती ईश्र्वराच्या अत्यावश्यक सारामध्ये सामावून घेतली जाते; आणि मग ईश्र्वरामधील वास्तविकतेच्या जाणिवेत, आपण जागे होतो, म्हणजेच तेथे पोचतो; जसे आपण या स्वप्नातून उठून तथाकथित जागृत जगात जागे होतो. ईश्वर-प्राप्ती म्हणजे एकात्म चैतन्य आहे जेथे आपण सर्वकाही मिळवतो आणि काहीही गमावत नाही. म्हणूनच असे म्हटले जाते की ईश्वर-प्राप्ती हे जीवनाचे लक्ष्य/ध्येय आहे; कारण जेव्हा आपण ईश्वराची प्राप्ती करतो तेव्हा, आपण सर्वकाही प्राप्त केलेले असते. त्या ईश्र्वराला (ते) जाणून घेतल्यामुळे, आम्हाला सर्व काही माहित होते. ईश्र्वराला प्राप्त करून घेतल्याने आम्ही सर्व काही ताब्यात घेतो, सर्व काही आमच्या मालकीचे होते. आणि ते या जगातील काही विशिष्ट लोकांचे, दूर असलेले लक्ष्य/ध्येय नाही, जसे की भिक्षू, धर्मोपदेशक किंवा संन्यासी; तर ते अखिल मानवतेचे लक्ष्य/ध्येय आहे असे नाही तर संपूर्ण निर्मितीचेच ते लक्ष्य/ध्येय आहे. संपूर्ण निर्मिती ईश्र्वर प्राप्तीसाठी वाट पहाते; फक्त तुम्ही किंवा मी ईश्र्वर प्राप्तीसाठी वाट पहात नाही. संपूर्ण विश्व उत्कटतेने ईश्र्वराकडे जाण्याच्या वाटेवर अग्रेसर आहे, जी उत्कटता, उत्क्रांतीच्या प्रक्रियेत व्यक्त केली जाते. विश्व विकसित/उत्क्रांत का होते? कारण ईश्र्वरप्राप्ती होत नाही तोपर्यंत ते विश्र्व अस्वस्थच राहते. यामुळे आपण परिपूर्णतेच्या त्या अवस्थेकडे जात आहोत, आणि ही आच/आग्रह म्हणजे वैश्विक उत्क्रांतीची तीव्र इच्छा आहे. म्हणून ईश्वर-प्राप्ती हेच जीवनाचे लक्ष्य आहे. ब्रह्मसाक्षात्कार हे येथे असलेल्या सर्वांचे ध्येय आहे; आणि मांडुक्य उपनिषदामध्ये वर्णन केलेल्या, स्वत:च्या सर्व खालच्या मर्यादा ओलांडण्याच्या, सर्वोच्च प्रक्रियेचा हाच शेवट आहे.

विभाग २ : सार्वत्रिक वैश्र्वानर

हा आत्मा, जो ब्रह्म आहे, त्याचे चार पाय/अंग आहेत, आणि चार टप्पे असलेल्या, विश्लेषण आणि संश्लेषणाच्या मार्गाने, स्वच्या सर्व खालच्या मर्यादा ओलांडून, सर्वोच्याशी संपर्क साधता येणे आणि त्याला प्राप्त करणे शक्य आहे. आम्ही आता ह्या टप्प्यांचा अभ्यास सुरू करण्याचा प्रस्ताव ठेवतो. या पहिल्या टप्प्यात, नैसर्गिकरित्या जी वास्तविकता, आपली इंद्रिये व त्यांनी निर्माण केलेल्या संवेदनांशी संबंधित, असा हा अभ्यास आहे. सर्व यशस्वी प्रयत्न, तत्काळ दिसणाऱ्या वास्तविकतेपासून सुरू होतात. आम्ही सामान्यत: म्हणतो, 'तुम्ही आपल्या आयुष्यात वास्तववादी असले पाहिजे, आणि खूप जास्त आदर्श वादी असता कामा नये'; याचा अर्थ असा आहे की आपले जीवन, तथ्यांशी संबंधित असले पाहिजे, जशी ती तथ्ये आहेत तशी, आणि आपण केवळ आदर्श बनायला बघू नये, किंवा स्वप्नसृष्टीत रममाण राहू नये. जे पाहता येणार नाही किंवा समजून घेता येणार नाही, मन त्याचा स्वीकार करणार नाही / ते मान्य करणार नाही; आणि तथ्य, जे इंद्रियांना वास्तविक आहे, त्या तथ्यांचा संदर्भ घेतल्याशिवाय, अध्यापनाच्या कोणत्याही विषयाला सुरवात करता येणार नाही. कारण आज, सध्याच्या काळात आपण इंद्रियांच्या जगात वावरत आहोत. इंद्रियांना जे वास्तव वाटते, ते आपण नाकारू शकत नाही, जोपर्यंत ज्ञानेंद्रियांच्या कामांच्या मर्यादेत, आपण आहोत तोपर्यंत. माण्डूक्य उपनिषद, म्हणून हा पैलू विचारात घेते, आणि स्वतःच्या विश्लेषणाचे काम सुरू करते, इंद्रियांना झालेला बोध, व त्यावर आधारीत भावना आणि धारणा; आधारभूत मानून. आपण काय पाहतो? हा प्रथम प्रश्न आहे आणि आपण जे पाहतो, त्याचा तपास हा त्वरित करायच्या अभ्यासाचा विषय आहे. शास्त्रज्ञ जे पाहीले जाते, त्याच्या विश्लेषणात आणि जे डोळ्यांनी पाहीले जाते, त्याची चौकशी आणि प्रयोग, या मर्यादेत गुंतलेले असतात. विज्ञान अदृश्याचा विचार/काळजी करीत नाही, कारण अदृश्याचे निरीक्षण करता येत नाही. आणि म्हणून अदृश्य हे प्रयोगाचा विषय देखील असू शकत नाही. आपण काय पाहतो? आपण जग पाहतो, शरीर पाहतो. आपणाला देव किंवा ईश्वर किंवा ब्रह्म दिसत नाही. आम्हाला ॐकार, प्रणव, निर्माता, संरक्षक, विध्वंसक दिसत नाही. ज्या ज्या सर्व गोष्टी आपण ऐकतो, त्या सर्व आम्हास दिसत नाहीत. आणि आम्ही अदृश्यावर आधारित प्रवचने स्वीकारू शकत नाही, जोवर प्रथम दृश्याच्या संदर्भात समाधानकारक स्पष्टीकरण, प्रथम दिले जात नाही तोवर. 'माझ्या समोर काय आहे, ते तुला मला सांगता येईल का? मग मी माझ्यापेक्षा उच्च/वरचढ गोष्टीं संदर्भात, तू काय म्हणतोस ते मान्य करीन'. हे चैतन्याचे साक्षित्व, ही संवेदनांची वस्तुस्थिती आहे, आमच्या दररोजच्या अनुभवातील. ही वस्तुस्थिती आम्हाला सादर होत आहे, आमच्या जागृत जीवनात किंवा जागृत अवस्थेत. आमचे सर्व आयुष्य या जागृत अवस्थेतील अनुभवांपुरते, मर्यादित आहे. आणि आम्ही आमच्या स्वप्न व झोपेच्या अवस्थेतील अनुभवांची फारशी काळजी करीत नाही, जागृत अवस्थेतील अनुभवांशी तुलना करता. आम्ही जीव, नश्वर, व्यक्ती, मानव - आमच्यासाठी जे काही जागृत स्थितीत सादर केले जाते, तेच वास्तव आहे, आणि आमच्यासाठी जीवनाचा अर्थ आहे फक्त जागृत अवस्थेतील जीवन. आमचे कामकाज, जागृत अवस्थेतील जाणीवेला, सादर केलेली तथ्ये/वास्तव या संदर्भातच चालते. तर आपण प्रथम प्रारंभ करू या, जागृत अवस्थेत जग, जसे आपल्याला दिसते, आपण त्याला ज्या मार्गाने जाणू/समजू लागतो, त्याचा मार्ग समजून घेऊ या.

जागृत अवस्थेतील चैतन्य, हा आत्म्याचा पहिला पाय आहे, जसे की आम्ही आहोत; त्या अनुभवाचा पहिला पैलू किंवा टप्पा, ज्याचा आम्ही अभ्यास आणि तपास करीत आहोत. जागृत अवस्थेतील चैतन्य हे त्याच्या घरात - 'जागृतस्थाना'त राहते. व्यक्तीची जागृत स्थिती, हेच चैतन्याचे निवासस्थान आहे. आणि काय आहे त्याचे विशेष वैशिष्ट्य? त्या चैतन्याला फक्त जे बाहेर आहे, त्याची जाणीव असते, आत काय आहे याची जाणीव नाही. आम्ही आमच्या स्वत:च्या पोटात काय आहे, ते देखील पाहू शकत नाही. तर आम्ही आमच्या मनात काय आहे ते कसे पाहू शकतो? आम्ही बहिर्मुख आहोत, म्हणजे फक्त आमच्या शरीराच्या बाहेर काय आहे, याची आम्हाला जाणीव आहे, काळजी आहे. आणि शरीरापेक्षा वेगळ्या, अशा बाह्य वस्तूंमध्ये आम्ही व्यस्त आहोत. आम्ही सर्व गोष्टींबरोबर व्यवहार करतो, पण हे व्यवहार, स्वतःशी नसून 'इतर' गोष्टींबरोबर असतात. ही जागृत अवस्थेतील जाणिवेची/देहभानाची, विचित्र रचना आहे, जे कृतीत गुंतलेले आहे आणि इतर गोष्टींमध्ये व्यस्त आहे, पण स्वतःशी व्यस्त/स्वत:त रमत नाही. आम्ही इतरांबद्दल चिंता करतो, स्वतःबद्दल नाही. आम्ही इतर वस्तूंचा अभ्यास, निरिक्षण, प्रयोग करतो, आणि इतर व्यक्तींशी व्यवहार करतो; स्वतःशी नाही. बाह्य वस्तू/गोष्टींबद्दलची जाणीव हे जागृत अवस्थेचे वैशिष्ट्य आहे. सात पाय/अवयव/अंगे व एकोणिस तोंडे असलेली ही जागृत अवस्थेतील जाणीव आहे. जणू काही तो एक रावण आहे कितीतरी डोके असलेला. या एकोणिस तोंडांनी, ती जाणीव स्थूल वस्तू/गोष्टी ग्रहण करते. स्थूल असलेले सर्वकाही, ही जाणीव गिळंकृत करते. जे स्थूल आहे, ते सर्व ती सेवन करते, आणि त्याचे नाव काय आहे? विश्र्व हे त्याचे नाव आहे. हा आहे आत्म्याचा पहिला पाय. हे आत्म्याचे सर्वात बाह्य स्वरूप आहे.

माण्डूक्य उपनिषदात, सूक्ष्म पिंड व अफाट ब्रह्मांड/विश्र्व, या दोन्ही दृष्टिकोनातून, जागृत अवस्थेतील आत्म्याची, मन:चक्षुसमोर प्रतिमा उभी केली आहे. म्हणूनच, हे केवळ स्वचे विश्लेषण नाही तर, स्वचे वस्तुनिष्ठ आणि कर्तानिष्ठ, यांचे एकत्रीकरण देखील आहे. उपनिषदाच्या दृष्टीकोनातून, व्यक्ती आणि ईश्र्वराच्या दरम्यान, भरून काढता येणार नाही अशी कोणतीही दरी नाही, जीव आणि ईश्र्वर, सूक्ष्मपिंड आणि ब्रह्मांड यांच्यातील फरक, भरून काढता येण्यासारखा आहे. तर, जागृत अवस्थेच्या अभ्यासात, माण्डूक्य उपनिषद, आपल्यात आणि जगामध्ये सुसंवाद आणते. जीव आणि ईश्वर, आत्मा आणि ब्रह्म यातही. आणि ही वस्तुस्थिती ज्ञात होते, पहिल्या टप्प्यातील मंत्रात दिलेल्या, आत्म्याच्या व्याख्येत.

पहिल्या टप्प्यातील आत्म्याचे सात पाय, ही वैश्र्विक स्वच्या व्याख्येचा संदर्भ देतात, जी व्याख्या मुंडक उपनिषदामध्ये दिली आहे. आणि एकोणिस मुखे, जी त्या एका स्वतंत्र स्वची (जीवाची) कार्ये संदर्भित करतात, ज्याने त्याच्या क्षमतेनुसार, एक छोटी व्यक्ती म्हणून, विश्वापासून स्वत:ला अलग ठेवले आहे. जागृत अवस्थेतील चैतन्य, फक्त बाह्य पदार्थांबद्दल जागरूक आहे हा भौतिक वस्तूचा एक पैलू आहे, आणि हा पैलू किंवा हा जागृत अवस्थेतील चैतन्याच्या कार्याचा टप्पा; व्यक्ती आणि सार्वत्रिक दोघांनाही तितकाचा लागू होतो, आणि ती एक जीव आणि ईश्वर या दोन्ही गोष्टींची व्याख्या/परिभाषा आहे, अर्थातच दोन्हीतील सूक्ष्म भेद वगळता, जे भेद आपण पाहीले पाहिजेत. जीव आणि ईश्र्वराला बाह्याची जाणीव आहे, परंतु दोन भिन्न मार्गांनी. याचे स्पष्टीकरण आपण पुढे बघणार आहोत.

'माण्डूक्य उपनिषद्' – स्वामी कृष्णानंद

माण्डूक्य उपनिषदामधील 'सप्तांग' या शब्दाला, मुंडक उपनिषदात असलेल्या एक सुंदर मंत्राचा संदर्भ आहे, जो मंत्र खालीलप्रमाणे आहे -

'अग्नीर्मूर्धा, चक्षुषी चन्द्रसूर्यौ, दिशः श्रोत्रे, वाग्विवृताश्च वेदाः ।
वायुः प्रणो, हृदयं विश्वमस्य, पद्भ्यां पृथिवी, ह्येष सर्वभूतान्तरात्मा' ॥मुंडक उपनिषद-२.१.४॥

हा सर्वव्यापी परमात्मा आहे, सर्वात राहतो : 'एषा सर्व-भूतांतरात्मा'. हे अस्तित्व कोण/कसे आहे?
अग्नीर्मूर्धा : स्वर्गातील चमकणारे प्रदेश त्याचे डोके असू शकतात/म्हणून मानले जातात. सृष्टीचा सर्वोच्च प्रदेश त्याचा मुकुट आहे.
चक्षुषी चन्द्रसूर्यौ : चंद्र आणि सूर्य त्याचे डोळे आहेत.
दिशः श्रोत्रे : स्वर्गाच्या चार दिशा हे त्याचे कान आहेत, ज्यायोगे तो ऐकतो.
वाग्विवृताश्च वेदाः : वेद हेच त्याची भाषा आहे.
वायुः प्रणो : त्याचा श्र्वास म्हणजे विश्र्वातील सर्व हवाच होय.
हृदयं विश्वमस्य : संपूर्ण विश्र्व त्याचे हृदय आहे.
पद्भ्यां पृथिवी : पृथ्वी हे त्याचे पाय आहेत.
जागृत अवस्थेतील चैतन्याच्या दृष्टीकोनातून, वैश्र्विक आत्म्याचे वर्णन वरील प्रमाणे आहे.

हा विराट किंवा सार्वत्रिक/वैश्र्विक पुरूष आहे, जो गात आहे वेदातील पुरूष-सूक्त. भगवद् गीतेच्या अकराव्या अध्यायात वर्णन केल्याप्रमाणे अर्जुनाला हा विराट पुरूष दिसला. कौरवांच्या राज्यसभेत, श्रीकृष्णांनी स्वत:मध्ये प्रदर्शित केलेले हे विराट रूप आहे, जेव्हा ते पांडवांचा १२ वर्षांचा वनवास व एक वर्षाचा अज्ञातवास संपल्यावर, शांतता प्रस्थापित करण्यासाठी गेले होते तेव्हा. हेच विराट रूप, बाल श्रीकृष्णाच्या तोंडात, यशोदेने पाहीले होते. हा वैश्र्विक पुरूष आहे, पुरुष नाही पुरुषोत्तमच आहे. त्याला वैश्वानर असेही म्हणतात, जो शब्द 'विश्र्व-नर' या शब्दापासून बनलेला आहे. विश्र्व म्हणजे जग/विश्र्व; नर म्हणजे माणूस. त्याला वैश्वानर म्हणतात, कारण तो वैश्र्विक/जागतिक/अलौकिक मनुष्य आहे; संपूर्ण विश्वात असलेला फक्त एकमेव मनुष्य. एकच माणूस आहे आणि तो हाच आहे. येथे आम्हाला मीरा नावाच्या साध्वीची/संताची आठवण येते, जिने सांगितले होते की फक्त एकच पुरूष आहे : या जगात पुष्कळ पुरुष नाहीत. येथे आहे फक्त हा एकच पुरूष, आणि तो हा पुरूष/माणूस आहे : तो वैश्वानर आहे.

हे विराट-पुरुषाचे वैश्विक वर्णन आहे आणि विराट हे एक नाव आहे जे आपण चैतन्याला/जाणीवेला देतो, जी भौतिक विश्वाचे सजीवीकरण करते. जसे आपल्यातील चैतन्य/जाणीव आपल्या भौतिक शरीरास सजीव करते, तसेच भौतिक विश्वाचेही सजीवीकरण करणारे वैश्र्विक चैतन्यच आहे. हे अफाट विश्र्व; त्याच्या सर्व तारे आणि ग्रह प्रणालींसह, आकाशगंगांसह, सर्व जागा व वेळ (स्पेस-टाइम) आणि कार्यकारणभावासह (कायद्यांसह), जे काही आहे, ते म्हणजे भौतिक विश्व आहे, आणि हे चैतन्याने/जाणीवेने जिवंत/सजीव केले आहे, जसे आपले शरीर जिवंत/सजीव आहे. हे जिवंत/सजीव करणारे चैतन्य/जाणीव ही 'अंतर्यामी' - आत असलेले आहे, कारण हे चैतन्य/जाणीव, सर्व गोष्टींमध्ये

आत राहणारे/मूळचे असून, सर्व बाहेर दिसणाऱ्या गोष्टींच्या मागे लपलेले आहे. प्रत्येक गोष्टीत हे चैतन्य/जाणीव, छुप्या पध्दतीने हजर असतेच, मग ती व्यक्ती/वस्तू बेशुध्द असो की शुध्दीवर असो. हा विराट-पुरूष, जिवंत प्राणी आणि मृत पदार्थ, यांच्यात फरक करत नाही. निर्जीव पदार्थ आणि सजीव सामग्री हे भिन्न आहेत, असे वैज्ञानिक समजतात. निर्जीव पदार्थ, भाजीपाला साम्राज्य, प्राणी जग आणि मानवी प्रजाती यांच्यातील, वास्तवाच्या प्रकटीकरणातील अंशांचे निरीक्षण करून, त्यानुसार या भिन्न आहेत असे आम्ही, मानवांनी ठरविले आहे, त्या वैश्विक पुरूषाने नाही.

विराट स्वतः असा कोणताही भेद करीत नाही. विराट स्वतः निर्जीवांमध्ये तसेच सजीवांमध्ये, नेहमी उपस्थित असतो, ज्याला प्रकृतीचे गुण म्हणतात. सत्व, रज आणि तम, हे ते तीन गुण आहेत; ज्यांच्या मिश्रणाच्या प्रमाणात, अनुक्रमे मनाची शांतता, क्रियाकलाप आणि जडत्व, हे भौतिक पदार्थांचे गुणधर्म ठरतात. जेव्हा विराट स्वतः प्रकट होतो, एकट्या तमाच्या माध्यमातून, त्या पदार्थाला आपण निर्जीव अस्तित्व म्हणतो. दगड, खडक/शिळा या/अशा वस्तू तमाने बनतात व आपल्या दृष्टीकोनातून त्यांच्यात सजीवता/जिवंतपणा असल्याचे कोणतेही चैतन्य/जाणीव नसल्याचे आपल्याला दिसते. विराट, अधिकतम असलेल्या तमोगुणाद्वारे, दगड, खडक/शिळा यांच्यात प्रकट होतो, प्रकृतीतील इतर जे दोन गुण, म्हणजे रज आणि सत्व आहेत, ते दगड, खडक/शिळा यांच्यातही अत्यंत कमी प्रमाणात असतात, ज्यांच्यापेक्षा तमोगुण खूप अधिक प्रमाणात असल्याने रज आणि सत्व हे गुण निर्बल असतात. जेव्हा रज आणि सत्व गुण, हळूहळू स्वतःला अधिकाधिक/ मोठ्या प्रमाणात प्रकट करतात; तेव्हा भौतिक पदार्थात जिवंतपणा/हालचाल प्रगट होते. आणि निर्जीव पदार्थाच्या ऐवजी, सजीव पदार्थ आपल्याला दिसतात. जिवंतपणाचे पहिले प्रकटीकरण प्राणाद्वारे होते, जो प्राण सर्व सजीवात, जीवनात टिकून राहण्याची / जिवंत राहण्याच्या महत्त्वपूर्ण शक्तीद्वारे व्यक्त होतो. प्राण दगड, खडक/शिळा यासारख्या निर्जीव वस्तूंमध्ये कार्य करत नाही. वनस्पती जगात प्राण कार्यरत असतो. भाज्या व इतर वनस्पती श्वास घेतात; त्या दगड, खडक/शिळा यांच्याप्रमाणे केवळ अस्तित्वात नसतात. परंतु वनस्पती प्राण्यांप्रमाणे विचार करत नाहीत. विचाराचे कार्य हे वास्तविकतेच्या उच्च क्रमात/पायरीवर, असलेल्या अस्तित्वाचा घटक असते/अस्तित्वाशी संबंधित असते; ज्याला आपण म्हणतो प्राणी जग, त्याच्या सर्व नैसर्गिक प्रवृत्ती आणि संवेदनांसह. येथे आपल्याकडे (मानवांकडे) वास्तविकतेच्या प्रकटीकरणाची आणखी मोठी पदवी/पायरी/स्तर/क्रम आहे. मानवी पातळीवर, आपण विराटाच्या प्रकृतीतील, सत्वगुणाच्या अधिक जवळ आहोत(निकटण), कारण आपल्याकडे केवळ श्वास घेण्याचे आणि विचार करण्याचेच फक्त कार्य नाही, तर समजून घेणे, तर्कसंगत विचार प्रक्रिया आणि तार्किक/तर्कनिष्ठ भेदभाव/तारतम्यही आपण करू शकतो.

ही अशी विज्ञानाची स्थिती आहे, जी मनापासून वेगळी आहे - जी एकट्या प्राणी जगा पुरती मर्यादित आहे. ही अशी विज्ञानाची स्थिती आहे, जी प्राणापासून वेगळी आहे - जी एकट्या वनस्पती जगा पुरती मर्यादित आहे. ही अशी विज्ञानाची स्थिती आहे, जी अन्नापासून वेगळी आहे - जी एकट्या निर्जीव जगात नाहीये. पण विज्ञानाची स्थिती, जी आम्ही मानवी पातळीवर गाठली आहे, ती वास्तवाच्या प्रकटीकरणातील चौथी पायरी/स्तर/पदवी आहे असे म्हणता येईल, पण इथे सर्व पायऱ्या/स्तर संपलेल्या नाहीत. विज्ञानापेक्षा आणखी एक उच्च पायरी/स्तर आहे, मानवाच्या पायरीच्या/स्तराच्या पलीकडे/वर,

आणि आपण स्वत:ला त्या वरच्या पायरी/स्तरावर उचलले पाहिजे. ती वरची पायरी/स्तर जो विज्ञानापेक्षा किंवा मनुष्याच्या पायरी/स्तर पेक्षा वरचा आहे, ती वरची पायरी/पातळी/स्तर म्हणजे आनंद किंवा दैवी प्रसन्नता आहे. तर, अन्नापासून आम्ही प्राण, प्राणापासून मन, मनापासून विज्ञानापर्यंत आलो आहोत, आणि आम्हाला विज्ञानापासून आनंदापर्यंत जायचे/पोचायचे आहे. हा आनंद, सत व चित म्हणजे अस्तित्व व चैतन्य/जाणीव यांच्याशी तुलना करता, समतुल्य आणि सममूल्य असा आहे. जे सर्वकाही खालच्या पातळीवर होते ते सर्वकाही या आनंदात शोषून घेतले जाते. जे काही अर्थ/गुणधर्म/स्वभाव आम्ही पाहीले; निर्जीवात, वनस्पतीत, प्राणी जगात आणि मानवात, ते सर्व गुणधर्म/स्वभाव/अर्थ वास्तवात, आनंद या रूपात/पातळीत आम्हाला आढळतात; आणि या सर्वात वरच्या पातळीत/स्तरात/पायरीत, 'अस्तित्व, चैतन्य/जाणीव आणि आनंद' एकत्र/एकच होतात, जे खालच्या पातळीत/स्तरात/पायरीत विभक्त असतात. खडकांमध्ये फक्त अस्तित्व किंवा 'सत' आहे, चित नाही आणि आनंद नाही. खडक अस्तित्वात आहेत, पण त्यांना काही भावना व विचार नाहीत; त्यांना समज नाही; आणि ते आनंद अनुभवू शकत नाहीत. परंतु विचार-कार्याच्या प्रकटीकरणाची प्रक्रिया, हळू हळू सुरू होते उच्च स्तरांवर, आणि त्यात एका प्रकारची परिपूर्णता येत नाही, जोवर प्रकटीकरण, मानवी चैतन्यात/जाणीवेत प्रगट होत नाही तोवर. येथे आपण मानवात, सत्व गुण मिसळला आहे, रज आणि तम गुणांबरोबर. रजगुणाचा वापर करून आम्ही खूप सक्रिय होतो, तर तमगुणाचा कधीकधी जास्त वापर करून आम्ही खूप सुस्त होतो. आणि जेव्हा सत्वगुण एका क्षणी प्रगट होतो, तेव्हा आम्ही आनंदी होतो, जरी आम्ही नेहमी आनंदी नसलो तरी. पण ह्या आनंदावर आम्हाला नेहमी अवलंबून राहता येत नाही, म्हणून तो उपयोगाचा नसतो, कारण तो हवा तेव्हा किंवा सतत मिळत नाही.

आयुष्यातील आपले सर्व प्रयत्न, कायमस्वरूपी सुखासाठी, म्हणजेच कायमस्वरूपी असलेल्या 'सत्-चित्-आनंदा' मधील, आनंदाच्या प्राप्तीसाठी आहेत. यासाठी आपल्याला पूर्ण सत्व गुणातच जावे/रहावे लागेल, ज्यात रज आणि तम गुण, अजिबातच नसतील. रज आणि तम गुणांमुळे निर्माण होणारे भेद, जीवातच असतात, जीव हे भेद पाहतो; पण 'विराटा'साठी हे भेद नसतात. विराटासाठी, हे सर्व 'मी'च आहे, 'तो', किंवा 'ती', किंवा 'ते' त्याच्यासाठी बिल्कुल नाही. 'अहम अस्मी', किंवा "मी आहे : आय-अॅम" - हीच विराटाची जागरूकता/जाणीव आहे, तर आपली जागरूकता/जाणीव "मी आहे, आणि माझ्या व्यतिरिक्त तू देखील आणखी आहेस" अशी आहे, किंवा "मी इथे आहे, आणि जग देखील तिथे माझ्याबाहेर आहे"; पण, विराटाची जागरूकता/जाणीव अशी असते की, "मी आहे; माझ्या बाहेर जग नाही." "संपूर्ण जग म्हणजेच 'मी' आहे, म्हणूनच त्याला वैश्वानर म्हणतात, ते एक सार्वत्रिक अस्तित्व आहे, ज्याला भावना/जागरूकता/जाणीव आहे की, 'जे सर्व काही विश्व आहे, ते मीच आहे'. उपनिषदानुसार वर्णन आहे की त्याची सात अंगे/अवयव आहेत. त्याला खरंच अनंत अंगे/अवयव आहेत. त्याच्याकडे हजारो हात आहेत. तो 'विश्र्वमूर्ती' आहे, अनंतमुखे असलेला असा तो, सर्वव्यापी विश्वाचा प्रभू आहे; आणि जेव्हा आपण म्हणतो की त्याच्याकडे सात अंगे/अवयव आहेत, आम्ही केवळ त्याच्या वैश्र्विक व्यक्तिमत्वाची ढोबळ रूपरेषा सांगत असतो. जसे आपण एखाद्या माणसाचे सात अवयवांनी वर्णन करू शकतो - डोके, हृदय, हात, नाक, डोळे, कान, पाय, इत्यादि. परंतु आम्ही अधिक तपशीलवार वर्णन दिले तर, आम्ही जाऊ त्या व्यक्तिमत्वाच्या छोट्या/क्षुल्लक तपशीलांमध्ये.

आता, ही सार्वत्रिक/वैश्विक व्यक्ती-'विराट' याला सार्वत्रिक/वैश्विक जागृत अवस्थेतील, जागरूकता/जाणीव समजले आहे/ ओळखले जाते. आम्हाला हे लक्षात ठेवले पाहिजे की, आम्ही आत्ता आहोत, आमच्या कामाच्या पहिल्या स्तरात/टप्प्यात, जेथे आम्ही व्यक्तिगत/पिंडाची/जिवाची जागरूकता/जाणीव, याचे विश्लेषण करून त्याचा 'विराटा'शी असलेला संबंध, या पैलूशी संबंधित आमचे काम सुरू आहे. येथे असे मानले जाते की विश्वाला एकोणिस तोंडे आहेत. तोंड हा आपला असा अवयव आहे ज्याद्वारे आपण वस्तू आत घेतो, वस्तूंचे सेवन करतो, त्यांचे पचन करून योग्य ती सामग्री, आमच्या शरीराशी एकरूप/ आत्मसात करतो म्हणजेच, त्यांना स्वतःत पचवतो, जसे ते होते.

हे तोंडाचे कार्य आहे. आपल्या स्वतःमध्ये वस्तूंच्या स्वागताचे/ग्रहणाचे माध्यम म्हणजे तोंड आहे. या अर्थाने/दृष्टीकोनाने, डोळे, कान हे सुध्दा तोंडच आहेत; कारण ते त्यांच्या विविध कार्यांच्या माध्यमातून, काही स्पंदने प्राप्त करतात, आणि स्पंदने ग्रहण करतात/पचवितात. बाह्य वस्तूंपासून निर्माण झालेली कंपने, इंद्रियांमार्फत/ इंद्रियांच्या मार्गाने/ इंद्रियांच्या माध्यमातून - डोळे, कान वगैरे, आमच्या व्यक्तिमत्वावर धडकतात/व्यक्तिमत्वात घुसतात. आणि म्हणून या सर्वांना/इंद्रियांना तोंड म्हणून ओळखता येऊ शकते; आणि या अर्थाने, इंद्रियांनी आकलन केलेली प्रत्येक गोष्ट, इंद्रियांचा आहारच होतो किंवा प्रत्येक व्यक्तिमत्वासाठी असलेले ते अन्न आहे. आम्ही जे काही सेवन करतो/वापरतो/उपभोग घेतो, ते आमच्या इंद्रियांचा आहार आहे. आहार शुध्द असेल तर सत्व गुण निर्माण होईल, आणि सत्व गुणामुळे संपूर्ण शरीर व मन आतून उजळून निघेल/प्रकाशमान होईल, असे शुध्द अन्नाचे महत्व, छांदोग्य उपनिषदात सांगितले आहे. याचा अर्थ असा नाही की, आपण दररोज फक्त दूध आणि फळे, ज्यांना आपण सहसा सात्विक आहार मानतो, घ्यावीत/खावीत. सात्विक आहार घेऊनही/खाऊनही आम्ही जर वाईट विचार केले, कुरूप दृष्ये पाहीली, वाईट बातम्या ऐकल्या, वगैरे; तर नुसत्या सात्विक आहाराचा, हवा तो परिणाम दिसणार नाही. सात्विक आहार म्हणजे शुध्द कंपने आहेत, जी इंद्रियांमार्फत प्राप्त होतात आणि इंद्रियांच्या माध्यमातून, इंद्रियांच्या सर्व कार्यातून, कंपनांचा व्यक्तिमत्वाशी सदा सर्वदा संवाद साधला जातो, म्हणजेच ही सर्व कंपने व्यक्तिमत्वात सतत विलीन होत असतात, ही सर्व कंपने सतत व्यक्तिमत्वाचा अविभाज्य घटक बनत असतात. प्रत्येक इंद्रिय या अर्थाने, तोंड म्हणून ओळखले जाऊ शकते, म्हणून सर्व इंद्रिये ही तोंडेच आहेत. आणि आपल्या शरीरात एकोणिस तोंडे/कार्यात्मक उपकरणे आहेत, ज्यांच्याद्वारे जागृत अवस्थेतील सावधानता/जाणीव, या तोंडांद्वारे, बाह्य जगाशी संपर्क स्थापित करते आणि त्यामधून कंपने प्राप्त करते. एकोणिस तोंडे कोणती आहेत? आपल्याकडे पाच ज्ञानेंद्रिये आहेत - आपण त्यांना म्हणतो: कान, त्वचा, डोळे, जीभ आणि नाक. ज्ञानाच्या या पाच संवेदना आहेत. आणि आमच्याकडे आहेत क्रियेचे पाच अवयव: भाषण/वाचा, हात, पाय, जननेंद्रिय आणि गुदद्वार. आणखी, आमच्याकडे आहेत पाच कार्यरत क्रियाकलाप, ज्या सूक्ष्म शरीरात तसेच भौतिक शरीरात असतात/वावरतात; ज्याला पंचप्राण म्हणतात: प्राण, अपान, व्यान, उदान आणि समान.

पाच ज्ञानेंद्रिये, पाच कर्मेंद्रिये, आणि पाच प्राण असे मिळून पंधरा होतात. हे कार्यात्मक पैलूंचे पंधरा अवयव, वैयक्तिक क्रिया कलापांचा बाह्य गाभा, म्हणून ओळखले जाऊ शकतात. परंतु आपल्या अंतर्गत कार्याचा गाभा देखील आहे, जो आहे चार मानसिक अवयवांनी बनलेला. याला अंत:करण चतुष्टय म्हणतात - मन, बुध्दी, अहंकार आणि चित्त यांना मिळून मानस/मन म्हणतात, असे ते चार मानसिक अवयव आहेत. विचार करणे, मनन करणे, ऊहापोह करणे हे मनाचे कार्य आहे. तर्कशुध्द विचार करणे, समजून घेणे आणि निर्णय करणे हे बुध्दीचे किंवा बुध्दीमत्तेचे कार्य होय. अहंकार जो अभिमान बाळगतो आणि गोष्टी स्वतःच्या विनियोगासाठी आहेत असे समजतो. बरीच कार्ये पार पाडण्यासाठी चित्त सक्षम आहे, पण त्याचे मुख्य वैशिष्ट्य म्हणजे स्मरणशक्ती - पूर्वीच्या घटना, प्रसंग पुन्हा आठवणे, भूतकाळातील संस्कारांची धारणा/साठवणूक करणे. अंत:करण चतुष्टय हे सामान्यतः अर्धसचेतन पातळीतील/अवस्थेतील म्हणून ओळखले जाते. हे चार भागांचे बनलेले अंत:करण-चतुष्टय, पाच ज्ञानेंद्रिये, पाच कर्मेंद्रिये आणि पाच प्राण अशी एका जीवाची/व्यक्तीची एकोणिस तोंडे होतात. ह्या एकोणिस तोंडांनी आम्ही बाहेरील जगाच्या संपर्कात येतो आणि त्यांच्याच मदतीने आम्ही जगाला स्वतःमध्ये शोषून घेतो. आम्ही या उपकरणांद्वारे, आमच्या व्यक्तिमत्वाचा संवाद जगाशी करतो. पुन्हा या उपकरणांद्वारे, आम्ही जगाचे गुण व लक्षणे स्वतःमध्ये आत्मसात करतो. ही एकोणिस तोंडे, म्हणूनच व्यक्ती व विश्व यांच्या मधील/दरम्यानचा माध्यम/दुवा आहे. बाहेर एक जग आहे हे आम्हाला कसे कळते? या एकोणिस तोंडातून, जे सर्व बाह्य आहे ते आपण पकडतो. आणि असे नाही की, आपल्याला जगाचे अस्तित्व फक्त माहित आहे; आपल्यावर जगाचा परिणामही होतो; आणि यालाच संसार म्हणतात, जी एक प्रभावी प्रक्रिया आहे ज्यात, जगाच्या अस्तित्वाचा परिणाम व्यक्तीवर होतो, व्यक्ती केवळ जगाची कल्पना करीत नाही.

ते म्हणतात, अगदी महा-पुरूष किंवा जीवनमुक्तांनाही हे जग समजते/दिसते, परंतु ते संसारी नाहीत; कारण ते जगाकडे फक्त पहातात, त्यांच्यावर जगाचा परिणाम होत नाही. हे महापुरूष ईश्र्वरी सृष्टीतच राहतात/असतात आणि ते जीव सृष्टीत राहात/असत नाहीत. ते त्यांचे स्वतःचे जग तयार करीत नाहीत किंवा बनवित नाहीत. ईश्वराने किंवा विराटाने किंवा वैश्र्वानराने आधीच तयार केलेल्या जगात, ते समाधानी असतात. हे जागृत अवस्थेतील जागरूकतेचे/जाणीवेचे स्वरूप आहे, जिवाच्या वैयक्तिक आणि ईश्वराच्या वैश्विक अशा दोन्ही पैलूंमध्ये. ही जागृत अवस्थेतील जागरूकता/जाणीव, विराटाच्या वैश्र्विक क्षमतेत/रूपात, भौतिक विश्व जे 'सप्तांग'-सात अंग/अवयव असलेली आहे; आणि जीव म्हणून ती भौतिक शरीरात एकोणिस मुखे असलेली आहे.

जीवाची एकोणिस तोंडे काय खातात/उपभोगतात? भौतिक वस्तू. आपण काय पाहतो? भौतिक वस्तू. आपण काय ऐकतो? भौतिक वस्तू/गोष्टी. आमची चव कशी आहे? भौतिक वस्तूंची. आणि आपण आपल्या हातांनी काय पकडतो? भौतिक वस्तू. आम्ही आमच्या पायांनी कुठे चालतो? भौतिक पृथ्वीवर. आपण आपल्या मनात काय विचार करतो? भौतिक वस्तूंचा. या सर्व एकोणिस तोंडातून, आमची जी कार्ये सुरू आहेत ती सर्व भौतिक जगाशी जोडलेली आहेत. जरी आम्ही आमच्या मनात कल्पना केल्या, तरी त्या भौतिक/शारीरिक वस्तूंशी/पदार्थांशी जोडलेल्या असतात; किंवा भौतिक/शारीरिक वस्तू/पदार्थां

विषयीच असतात. आपण फक्त सूक्ष्म गोष्टींचा विचार करू शकत नाही; जेव्हा आपण, सूक्ष्म गोष्टींचा विचार करण्याचा प्रयत्न करतो; तेव्हा ते विचार फक्त असतात, भौतिक वस्तूंच्या आकलनाचे ठसे. आम्ही अति-भौतिक विचार करू शकत नाही. म्हणून आम्ही आहोत पृथ्वीवर, एका भौतिक जगात, एका भौतिक विश्वात. आमच्या जाणीवेचा/जागरूकतेचा एक भाग आमच्या भौतिक शरीराशी गुंफला/बांधला गेला आहे आणि दुसरा भाग, या भौतिक चेतनेचा, वैश्विक दृष्ट्या वैश्वानर आहे. हे जागृतस्थान आहे, जागृत अवस्थेतील जाणीवेचे/ जागरूकतेचे घर. ती जागृत असते या अर्थाने की, ह्या भौतिक जगाविषयी सावध/दक्ष असते आणि त्याबद्दल ती जागरूक असते आणि तिला भौतिक जगाशिवाय दुसरे काहीच माहित नसते.

आमच्या आत काय आहे हे आम्हाला ठाऊक नसते, आणि जगात काय आहे ते आम्ही जाणून घेऊ शकत नाही. आता जगात आत काय आहे ते पाहण्यासाठी, आम्ही पृथ्वीचे तुकडे करू शकत नाही. तसेच आमच्यात जे आहे ते पाहण्यासाठी, आम्ही सहजपणे हृदयाला छेद देऊ शकत नाही, किंवा शरीराचे तुकडे केले, तरी ते पुरेसे ठरणार नाही. 'आत' या भौतिक अर्थाने घ्यायचे नाही. हे खोली, हॉल किंवा घराच्या आतील भागासारखे नाही. 'आत असणे' हा एक विलक्षण/असाधारण प्रकार आहे, आपण यावर खोलवर विचार केल्याशिवाय, तो सहज समजणार नाही. जरी आम्ही शरीर कापून आत शिरलो किंवा एखादी वस्तू विभाजित केली, तरी आपण आपल्या शरीरात किंवा वस्तूच्या आत पाहू शकत नाही, कारण भौतिक वस्तूची अंतर्गतता, ही त्याची खरी/वास्तविक 'अंतर्गतता' नसते; जरी तो केवळ त्या एकट्या वस्तूचा भौतिक भाग असला तरी. वस्तूच्या 'आतील' म्हणजे काय? 'आत' तेच आहे, जे वस्तूच्या भौतिक पैलूच्या अंतर्गत आहे, कारण जरी भौतिक वस्तूचे तुकडे केले गेले, तरी आपल्याला फक्त त्याचे भौतिक भागच दिसतात. जर आपण मानवी शरीराचे तुकडे केले तर आपण काय पाहतो? आपण त्याच शरीराचे अवयव पाहतो. आम्ही पाहतो ती शरीरासारखी भौतिक सामग्री असते; आम्ही शरीराच्या भौतिक पैलूशिवाय, त्याच्या अंतर्गत असलेले काहीही पाहीले नाही. ही कोणत्याही भौतिक अस्तित्वाची, अवकाशीय अंतर्गतता नाही, तर ती शक्ती किंवा जोर, ज्यामुळे भौतिक शरीर किंवा भौतिक वस्तूचे एकत्रीकरण किंवा प्रकटीकरण झाले आहे; ती शक्ती किंवा जोर आम्ही बघितलाच नाही. आमच्या सूक्ष्म शरीराला, तारकीय शरीराला, संस्कृत मध्ये लिंग-शरीर किंवा लिंगदेह म्हणतात. लिंग हे एक चिन्ह, एक संकेत किंवा लक्षण आहे. सूक्ष्म शरीराला लक्षण, संकेत किंवा चिन्ह असे म्हणतात; कारण ते भौतिक शरीराचे वैशिष्ट्य ठरवते; सूक्ष्म शरीराचे, भौतिक शरीर हे प्रकटीकरण आहे. भौतिक शरीर म्हणजेच सूक्ष्म शरीराच्या साच्यामध्ये/मुशीमध्ये ओतून तयार झालेले रूप/आकार. सूक्ष्म शरीर आपल्यास दृश्यमान नाही आणि ते भौतिक शरीराच्या आत/अंतर्गत आहे. अर्थात, काही गोष्टी सूक्ष्म शरीरासाठीही अंतर्गत आहेत, त्याचाही आपण अभ्यास करणार आहोत, या उपनिषदाचा अभ्यास करीत असताना. शरीराची अंतर्गत रचना ही भौतिक रचना नसते. शरीर, मन, बुद्धी आणि इतर काही हे पूर्णपणे भिन्न सामग्रीचे गठन करून तयार केले जाते, ज्याला म्हणतात तन्मात्रा. तन्मात्रा आहेत भौतिक गोष्टींच्या व सर्व भौतिक शरीरांच्या आत असलेली सूक्ष्म कंपने. स्पंदने स्वतःस व्यक्त/प्रगट करतात, रूपात/आकारात, आणि या अर्थाने स्पंदनांना नाम आणि आकाराला रूप म्हणतात.

वेदांताच्या म्हणजे उपनिषदांच्या तत्वज्ञानातील नाव/नाम आणि रूपे, ज्या अर्थाने आपण सहसा आपल्या सामाजिक जीवनात, हे शब्द वापरतो/परिचित असतो, त्याच अर्थाने नाव/नाम आणि रूपे हे शब्द वापरलेले नाहीत. परंतु त्याऐवजी ॲरिस्टॉटलने त्याच्या पध्दतीत (सिस्टीममध्ये) ज्या अर्थाने 'रूप व द्रव्य/पदार्थ' हे शब्द वापरले आहेत, त्यात उपनिषदांच्यात असलेला अर्थ ध्वनीत होतो. ॲरिस्टॉटलच्या मते, रूप म्हणजे वस्तूची रचनात्मक शक्ती, जी पदार्थाला आकार देते आणि द्रव्य/पदार्थ म्हणजे वस्तूच्या रचनात्मक शक्तीने साक्षात्करण, समूर्तीकरण इत्यादी द्वारे घेतलेला आकार. सूक्ष्म शरीर म्हणजे नाम/नाव आणि स्थूल/भौतिक शरीर म्हणजे रूप असे मानले जाऊ शकते. सूक्ष्म शरीर हे नाम किंवा नाव आहे, जे एक रूप - स्थूल/भौतिक शरीर दर्शविते, जी त्याची संबंधित वस्तू आहे. आमचे लिंग-शरीर किंवा सूक्ष्म शरीर, हे आमचे नाव आहे. हे आपले खरे नाव आहे आणि जर आपल्याला, नामकरणाच्या वेळी, खरे नाव दिले गेले - गोपाला, गोविंदा, कृष्ण वगैरे, तर आपले खरे नाव/लिंग-शरीर/सूक्ष्म-शरीर व स्थूल/भौतिक शरीराचे दिलेले नाव यात अनुरूपता/एकरूपता येईल म्हणजे स्थूल/भौतिक शरीरात खऱ्या नावाचे/लिंग-शरीराचे/सूक्ष्म-शरीराचे गुणधर्म असतील. हे स्थूल/भौतिक शरीराचे नाव, आपल्या आवश्यक/खऱ्या स्वरुपाशी विसंगत नसावे. खरे नाव आपल्यात आहे. परंतु हा केवळ एक शब्द नाही जो, पूर्णपणे आमच्या स्थूल/भौतिक शरीराच्या संदर्भात आहे. आपण एखाद्याला क्षीरसागर-भट्ट (दुधाचा सागर) म्हणू शकता, परंतु त्याच्या घरात थोडे ताकही नसेल. ही विसंगती आहे. एखाद्या गरीब माणसाला दौलतराम, म्हणण्याचा काय उपयोग आहे? अशी नावे आम्ही ठेवतो, ज्यांचा सूक्ष्म शरीराच्या अंतर्गत रचनेशी, स्वभावाशी किंवा स्थितीशी कोणताही संबंध नसतो. खरे नाव/लिंग शरीर हे सूक्ष्म शरीराचा संकेत/चिन्ह आहे, आणि भौतिक शरीराच्या स्वरूपाचा तो निर्धारक घटक आहे, ज्या शरीरात आपण व्यस्त असतो.

हे सूक्ष्म शरीर, जे वासनेने कंप पावत असते; वासना ज्या अपूर्ण राहतात, त्या वासनांची पूर्तता करण्यासाठी, शरीर धारण करतात असे म्हणतात. हे शरीर धारण करणे याला जन्म म्हणतात; जोपर्यंत सूक्ष्म शरीर नष्ट होत नाही, तोपर्यंत आपण पुन्हा पुन्हा जन्म घेत राहतो. जन्म आणि मृत्यू, पुन्हा जन्म आणि मृत्यू, पुन्हा जन्म आणि मृत्यू ... हीच आहे, संसाराची प्रक्रिया किंवा आत्म्याच्या देहांतराची प्रक्रिया. या प्रक्रियेत, अपूर्ण राहिलेल्या इच्छांची, पूर्तता/समाधान करण्यासाठी, नव नवीन भौतिक शरीरे घेऊन, नव नवीन मार्ग शोधण्यासाठी, प्रयत्न करण्याशिवाय काहीच वेगळे नाही. असंख्य जीवांनी हे विश्व भरलेले आहे. ह्या सर्व जीवांना सजीव/जिवंत केले आहे, प्रत्येकात सामाईक/सामान्य/सारखे असलेल्या चैतन्याने/ जाणीवेने/ जागरूकतेने. हे प्रत्येकात सामाईक/ सामान्य/ सारखे असलेले ते चैतन्य/जाणीव/जागरूकता आहे - एकत्रितपणे वैश्र्वानर. परंतु वैयक्तिक रित्या, जेव्हा हे चैतन्य एका देहाच्या रूपात असते, तेव्हा त्याला जीव म्हणतात.

सर्व सजीव शरीरे आणि निर्जीव भौतिक गोष्टींच्या समावेशासह असलेल्या, एकत्रित अस्तित्वात/समष्टीत जी चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता असते, त्याला वैश्र्वानर किंवा विराट, म्हणून म्हटले जाऊ शकते; एखाद्या विशिष्ट शरीरामध्ये जी चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता, जिवंतपणा आणते/त्याला सजीव

करते, त्याला विश्र्व/जीव म्हणतात. विश्र्व/जीव म्हणजे आत्मा आहे, जो एका भौतिक शरीरात राहतो. वैश्र्वानर म्हणजे आत्मा आहे, जो भौतिक जगाचा सर्वोच्च राजा आहे. ह्या आहेत दोन जागृत अवस्था, वैयक्तिक आणि सार्वत्रिक - जागृतस्थानात.

आता, आपण बहिप्रज्ञाचा अर्थ विचारात घेत आहोत - बाह्याची जाणीव. जीव आणि ईश्वर दोन्ही, बाह्याची जाणीव असलेले म्हणून, समजले जाऊ शकतात, पण त्यांच्यात एक सूक्ष्म फरक आहे. जीव हा बाह्याची जाणीव असलेला असतो, म्हणजे तो वस्तू, पदार्थ जे त्याच्या शरीराच्या बाहेर असतात, त्यांच्याबद्दल जागरूक/सजग असतो, त्यांची त्याला जाणीव असते. पण वैश्र्वानराची बाह्याची जाणीव, वेगळ्या प्रकारची असते, याचा अर्थ असा की, ती जाणीव म्हणजे 'मी आहे', 'मी आहे ही अवस्था' 'अहम-अस्मी' या सत्याचे ते वैश्र्विक पुष्टिकरण असते. हे पहिले प्रकटीकरण आहे, आत्म-चेतनेचे - सार्वत्रिक/ लौकिक अहंकाराचे. म्हणून, त्याच्या समोर कोणतीही विरोधात्मक वस्तू नाही. हा अहंकार इतरांशी युध्द करत नाही. यात इतर व्यक्ती किंवा वस्तू यांच्याविषयी कोणताही गैरसमज नाही, आणि म्हणून यात काहीच/कोणत्याही प्रकारचा त्रास नाही. इतर लोकांशीही आणि गोष्टींशीही, त्याचा कोणताही व्यवहार नाही, कारण ती वैश्र्वानराची जाणीव आहे, विश्र्व/जीवाची जाणीव नव्हे. विराटाच्या "मी आहे ही अवस्था" याची कल्पनाही आम्ही करू शकत नाही. आम्ही त्या अवस्थेत कधीच नव्हतो आणि म्हणून आमची मनेही त्या स्थितीची कल्पना करण्यास सक्षम नाहीत. ते(ज्ञानी) म्हणतात, काही प्रमाणात या स्थितीची तुलना, खोल झोपेतून जागे होऊन, आम्ही लगेच आमच्या स्वतःबद्दल जागरूक होत असतो, तेव्हाच्या प्रारंभिक स्थितीशी साधारणपणे, केली जाऊ शकते. पण जेव्हा आम्ही झोपेतून उठतो, तेव्हा आम्ही याचा विचार करत नाही. त्या वेळी आम्ही अर्ध-चैतन्याच्या राज्यातच/अवस्थेत असतो, आणि नंतर आम्ही आमच्या नेहमीच्या उपक्रमांमध्ये लगेच डुबकी मारतो; जेणेकरून आम्ही या खोल झोप आणि जागृतीतील, बाह्य जगाच्या बाबतीत असलेल्या जाणीवेच्या दरम्यान, असलेल्या कालावधीचे, चिंतन करणार नाही. आपल्या बाहेरील जगाची जाणीव होण्यापूर्वी, आपल्या 'अस्तित्वाची' भावना, आमच्याकडे सूक्ष्मपणे असते. या अर्ध-चैतन्याच्या अवस्थेत, आम्ही झोपेतून जागे झालेले असतो, पण आम्ही बाहेरील संसाराच्या बाबतीत पूर्णपणे सजग झालेले नसतो. या अवस्थेतील चैतन्या/जाणीवेला भान असते, की ती आहे; आणि इतर गोष्टी आहेत याचे तिला भान नसते. यालाच "मी आहे ही अवस्था" किंवा 'मी आहे', 'अहम-अस्मी', म्हणतात. ती वास्तवाची दुर्बल माफी असू शकते.

या अवस्थेत जो साधक सतत स्थिरपणे राहील, तर त्याला वैश्र्विक असल्याचा अनुभव येऊ शकेल. जेव्हा या अवस्थेतील चैतन्य/जाणीव इतर गोष्टी/व्यक्तींशी संबंध जोडते, तेव्हा त्याला व्यष्टी/वैयक्तिक जीव म्हणतात. ईश्र्वराची बहिप्रज्ञता - बाह्याची जाणीव त्याला बंधनकारक होत नाही, कारण त्याच्या चैतन्याचा/जाणीवेचा बाह्य गोष्टी/व्यक्तींशी व्यवहार नसतो. पण व्यष्टी/वैयक्तिक जीवातील बहिप्रज्ञता - बाह्याची जाणीव, त्याला संसाराच्या बंधनात टाकते. आणि हे बंधन, बाह्य गोष्टी/व्यक्ती यांच्या उपस्थितिची नुसती जाणीव असल्याने, बाधक ठरत नाही; तर जीव प्रत्येक बाह्य गोष्टी/व्यक्तीचे मूल्यमापन करतो, जगाचा न्यायनिवाडा करतो, हे हवे आहे किंवा एखाद्या मार्गाने नको आहे, असे ठरवितो, म्हणून ते बंधन होते. विराटामध्ये कोणतीही इच्छा नाही, पण जीवाच्या अनेक इच्छा असतात.

जर हा इच्छांचा फरक अजिबातच नसेल तर, जीव इच्छा नसल्याने ईश्र्वर बनतो; आणि ईश्वराने इच्छा केली की तो जीव बनतो.

तर, जागृत अवस्थेतील जाणीव/जागरूकता, जी जागृतस्थानात आहे, ती आहे बाह्य रित्या जागरूक - बहि:प्रज्ञ, ब्रह्मांड/वैश्विकदृष्ट्या सप्तांग म्हणजे सात अंगांची/अवयवांची बनलेली आहे; आणि पिंड/जीवदृष्ट्या एकोणिस मुखे/तोंडे असलेली, आणि पिंड व ब्रह्मांड दोन्ही दृष्टीने/मार्गांनी हे स्थूलभुग - स्थूलाचा भोग करणारी आहे. विराटाच्या बाबतीत तो भौतिक विश्वाविषयी फक्त जागरूक आहे, तर जीवाला विश्वातील भौतिक वस्तूंची इच्छा/अभिलाषा आहे. हा दोन्हीत एक फरक आहे. विराटाच्या बाबतीत संपूर्ण विश्वाचे त्याच्या चेतने/चैतन्यामध्ये आकलन केले गेले आहे, तर जीव त्याच्यामध्ये संपूर्ण विश्वाचे आकलन करू शकत नाही. जीव जगातील फक्त काही गोष्टींशी संबंधित आहे. विराटाला आवड-नावड नसली, तरी त्याच्या आत सर्व विश्र्वाचे आकलन झालेले आहे. याउलट जीवाची जाणीव विशिष्ट/मर्यादित झालेली आहे, म्हणूनच जीवाला आवडी-नावडी असतात. आपल्याला कोणतीही वैश्विक इच्छा नाही. विश्वामध्ये जे काही आहे, ते स्वतःमध्ये समाविष्ट करू शकू, अशी आमच्यात इच्छा नाही. जेव्हा जेव्हा आम्हाला काहीतरी पाहिजे असते, तेव्हा ते काहीतरी फक्त ठराविक ठिकाणी/जागी असते, आणि ते काहीतरी ठिकाणानी/जागेनी इतर गोष्टीपासून वेगळे दर्शविले जाते. आम्ही नेहमी गोष्टींचे विभाजन करतो. जीवनात आम्ही रोजच्या दिवसाचे व्यवहार करताना, सर्व गोष्टी विचारात घेऊ करू शकत नाही. इच्छांमुळे आमच्या निर्णयावरही, आमच्या पक्षपातीपणाचा परिणाम होतो. आपण सहजपणे निःपक्षपाती होऊ शकत नाही, याचा अर्थ असा म्हणायचा की, जेव्हा आम्ही एखाद्या गोष्टीचा न्यायनिवाडा करीत असतो, तेव्हा आम्ही त्या प्रकरणाच्या सर्व बाजू विचारात घेऊ शकत नाही. काही विशिष्ट बाबी, नेहमीच आमच्या लक्षात येत नाहीत, ज्यामुळे आमचे निर्णय परिणामशून्य/ दूषित/चुकीचे होतात. म्हणून जीवाचे निर्णय चुकतात आणि म्हणूनच जगाने जीवाला, जन्म-मृत्यूच्या बंधनात बांधून ठेवले आहे.

तुम्ही जगाला समजत नाही आणि त्यामुळे चुकीच्या समजुतीच्या आधारावर, जगाशी व्यवहार केले जातात आणि या कारणामुळे जग तुमच्यावर उलटते/प्रत्याघात करते; आणि या प्रत्याघाताला कर्माचा परिणाम म्हणून ओळखले जाते. जगाशी आपले व्यवहार करण्याचे नाव कर्म आहे, तर जगाने केलेल्या प्रत्याघाताला कर्माचा परिणाम म्हणतात. जर जगाच्या वास्तविक स्वरुपाच्या आकलनासह, तुम्ही जर जगाशी व्यवहार केला, तर जगाने केलेला प्रत्याघात तुमच्याकडे परत येणार नाही. पण तुम्ही जगाशी व्यवहार करताना, त्या संदर्भात पूर्वग्रह दूषित कल्पनेने सामोरे जाता, तसेच आपल्या इच्छांचे समाधान करण्यासाठी, एक साधन म्हणून जगाला वापरण्याची सूक्ष्म इच्छा ठेवून त्याच्याशी व्यवहार करता. आमच्या इच्छांचे समाधान करण्याचे साधन म्हणून, आपण जगाचा वापर करू नये. जर आपण जगाला साधन म्हणून वापरण्याचा प्रयत्न केला, तर याच पध्दतीने, जगही आपल्याला एक साधन म्हणून, वापरण्याचा प्रयत्न करेल. ते आपल्याला जशास तसे उत्तर देईल. आम्ही जगाशी जसे वर्तन करू, तसेच जग आपल्याशी वागेल. आम्ही स्वत: ला जगाचे केंद्र मानू नये, ज्याची जगाने सेवा करावी. आपण स्वत:ला मालक मानू नये आणि जगाला नोकर म्हणून वागवू नये.

जर आम्ही जगाशी व्यवहार करताना, आम्हीच श्रेष्ठ आहोत, ही वृत्ती ठेवली तर, जग आमच्याशी तसेच वर्तन करेल, आणि आम्हाला तशाच प्रकारे गुलाम म्हणून, आमच्याशी व्यवहार करताना वागेल; आम्हाला वरचेवर मारहाण करेल, आणि आम्हाला त्रास देईल, केवळ या एकाच जीवनात नव्हे, तर जन्मोजन्मी किंवा जीवनांच्या मालिकेत. ह्याचेच नाव संसार, आणि हे सर्व या संसारात अंतर्भूत आहे, ज्यात आपण अडकलो आहोत. ही जीवाची बहि:प्रज्ञता आहे, आणि तिचा हा परिणाम आहे.

ईश्वराची बहि:प्रज्ञता हे एक स्वतंत्र राज्य/स्थिती आहे. सर्व सृष्टीची एकाच वेळी जाणीव ठेवण्याविषयी, ईश्वर सक्षम आहे, तर याविरूध्द आम्हाला येथे असताना, एका पाठोपाठ एक, अशा पध्दतीने काहीच गोष्टींची जाणीव असते. आपण एकाच वेळी दोन गोष्टींचा विचार करू शकत नाही; तर सर्व गोष्टींचा विचार एकाच वेळी कसा करावा? विराटाच्या जाणीवेला, ह्या वैश्विक अस्तित्वाचे भान एकाच वेळी आहे. - म्हणूनच तो आहे सर्वज्ञानी, सर्वज्ञत्व. जीवाची जाणीव क्रमिक/ एका मागून एक येणारी आहे, जी एका वस्तूपासून दूर होऊन, दुसऱ्या वस्तूत जाते. आणि म्हणून ती जाणीव, सर्वकाही एकाच वेळी समजू शकत नाही. जीव हा अल्पज्ञ आहे, ज्याची माहिती/ज्ञान छोटीशी असते. विराट सर्वत्र असतो, तर जीव फक्त एकाच ठिकाणी विद्यमान आहे. आम्ही एकाच वेळी दोन जागा व्यापू शकत नाही, तर ईश्वर सर्व जागा एकाच वेळी व्यापू शकतो. विराट सर्वशक्तिमान, सर्व समर्थ, महान आहे, कारण तो एकाच वेळी सर्व वस्तूंच्या सहवासात असतो. जीव हा दुर्बल, अल्प साक्षी, षंढ असा मानव आहे, कारण तो गोष्टींपासून वेगळा केला गेला आहे. विराटाची शक्ती, सर्व गोष्टी त्याच्या हातांनी धरल्यामुळे नाही, परंतु सर्व गोष्टींमध्ये तो अंतर्भूत/ अंतर्शायी असल्यामुळे आहे. त्याची जाणीव किंवा ज्ञान, संपूर्ण ब्रह्मांडाची अंतर्दृष्टी आहे, समज नाही. जीवाची जागृत अवस्थेतील जाणीव, ही वस्तूंच्या बाबतीत, एक संवेदनाक्षम समज आहे, ती अंतर्दृष्टी नाही. आपल्याला वस्तूंमध्ये काय आहे, हे कळत नाही, तसेच आपल्याला वस्तूंबद्दल अंत:प्रेरणा/अत:स्फूर्ती नाही. म्हणून आपली वस्तूंवर सत्ता चालत नाही.

आपण आपल्या शरीराच्या व इच्छाशक्तीच्या बाबतीत दुबळे आहोत. आपण इच्छा करतो, पण आमच्यात असलेल्या दुबळेपणामुळे त्या पूर्ण करू शकत नाही. या इच्छाही आमचे दुबळेपण आहे. याउलट इच्छा नसणे ही विराटाची शक्ती आहे. जेवढ्या इच्छा जास्त, तेवढा दुबळेपणा जास्त आणि जेवढ्या इच्छा कमी, तेवढी शक्ती जास्त. अशा रीतीने इच्छा नसण्याची स्थिती, ही विराटाची/वैश्वानराची स्थिती/अवस्था आहे. जर जीवाला त्याचे परिवर्तन ईश्वरात करायचे असेल, तर त्याने कोणत्याही गोष्टीची इच्छा/आसक्ती ठेवू नये, तसेच कोणत्याही गोष्टीची नावड/द्वेष ठेवू नये. माण्डूक्य उपनिषदाचा हाच मंत्र आहे, ज्या मंत्राने आत्म्याच्या चार भागांपैकी पहिल्या भागाचे, म्हणजे जागृत अवस्थेतील जाणीवेचे वर्णन केले आहे. ही जाणीव सार्वत्रिक स्तरावर वैश्वानर/विराट आणि व्यक्तिगत स्तरावर जीव/विश्व म्हणून ओळखली जाते.

विभाग ३ : स्वप्न आणि झोपेचे रहस्य

हिरण्यगर्भ

आत्म्याच्या चार भागांपैकी पहिला भाग, जागृत अवस्थेतील जाणीव, याआधीच्या विभागात स्पष्ट केला आहे. जागृत अवस्थेतील जाणीवेपेक्षा जी अंतर्गत/खोल आहे आणि जी जागृत अवस्थेतील जाणीवेला व्यापून टाकते, एकाच जाणीवेचे/चैतन्याचे सूक्ष्म कार्य आहे, ज्याला व्यक्तिनिष्ठपणे स्वप्नातील जाणीव/चैतन्य/तैजस म्हणून ओळखले जाते, आणि सार्वत्रिकरित्या हिरण्यगर्भ/वैश्विक जाणीव/चैतन्य म्हणून ओळखले जाते. माण्डूक्य उपनिषदात पुढच्या मंत्रात स्वप्नस्थानाचे वगैरेचे जे वर्णन आहे, त्याची मुख्य कल्पना हीच आहे. ही जाणीव स्वप्नस्थानातील स्वप्नात राहते. या जाणीवेला बाह्य गोष्टींची जाणीव नसते, तर अंतस्थ गोष्टींची जाणीव असते आणि म्हणून तिला अंत:प्रज्ञ म्हणतात. या जाणीवेला सात अंगे व एकोणीस मुखे असतात. ही जाणीव फक्त अंतर्गत गोष्टी तिच्यामध्ये शोषून घेते, म्हणून तिला 'प्रविविक्तभुक' म्हणातात. हे तैजस आहे, आत्म्याचा दुसरा भाग. आता आपण स्वप्नातील जाणीवेत आहोत, जे सूक्ष्म समजाचे क्षेत्र आहे. आपण असे समजतो की, स्वप्ने ही जागृत अवस्थेचा परिणाम असतात आणि असेही समजतात की, स्वप्नातील वस्तू या भौतिक नाही, तर मानसिक असतात. जागृत अवस्थेत आपण खऱ्याखुऱ्या वस्तूंच्या संपर्कात येतो, पण आपण स्वप्नात काल्पनिक वस्तूंच्या संपर्कात येतो. जागृत अवस्थेत आपले सुख आणि दु:ख खरे असते, तर स्वप्नांच्या अवस्थेत आपल्याला काल्पनिक सुख आणि काल्पनिक दु:ख, काल्पनिक समाधान मिळते. जागृत अवस्थेतील संपर्कात आलेल्या वस्तू या आपण निर्माण केलेल्या नसतात, तर स्वप्नांच्या अवस्थेत आपल्या संपर्कात आलेल्या वस्तू या आपल्या मनाने निर्माण केलेल्या असतात. स्वप्नांच्या अवस्थेचा जागृत अवस्थेशी असलेल्या संबंधात हे सर्वसामान्य/नेहमीचे मत आहे.

माण्डूक्य उपनिषद पुढे स्वप्नांचे विश्लेषण करते आणि अशा निष्कर्षाप्रत येते, जो निष्कर्ष वरील नेहमीच्या मतापेक्षा थोडे वेगळा आहे. आपण जागृत अवस्थेला खरे समजतो आणि स्वप्न अवस्थेला खोटे समजतो. पण हे स्वाभाविक आहे, की हे पूर्ण सत्य नाही. जेव्हा आम्ही म्हणतो, की स्वप्न अवस्था ही जागृत अवस्थेच्या तुलनेत काल्पनिक आहे, हे मत बनविताना, या विषयीच्या आम्ही सर्व बाजू विचारात घेतलेल्या नाहीत/सांगितलेल्या नाहीत. स्वप्न अवस्था ही जागृत अवस्थेच्या तुलनेत, असत्य दिसते/वाटते. जागृत अवस्थेतील वस्तूंना, स्वप्न अवस्थेतील वस्तूंपेक्षा, अधिक व्यावहारीक किंमत असते, जेव्हा या दोन्ही अवस्थांची तुलना केली जाते तेव्हा. जागृत अवस्थेच्या खरेपणाची तुलना, स्वप्न अवस्थेशी केल्याशिवाय असे कोणतेही विधान करणे शक्य नाही. पण अशी तुलना कोण करू शकेल? जो नेहमी जागृत अवस्थेत आहे, किंवा जो नेहमी स्वप्न अवस्थेत आहे, अशा कोणालाही ही तुलना करता येणे शक्य नाही. ही तुलना करणारा जज्ज किंवा साक्षीदार कोणत्याही एकाच अवस्थेच्या मर्यादेत असू शकत नाही. न्यायालयातील जज्ज एकमेकांविरूध्द लढणाऱ्या कोणत्याही एका पक्षाच्या बाजूचा नसतो; तसेच जागृत अवस्था व स्वप्न अवस्था यांची जो तुलना करतो, तो या दोन्हीपैकी पूर्णपणे कोणत्याही अवस्थेत/अवस्थेच्या बाजूने असून चालणार नाही. जर तो तुलना करणार जज्ज, पूर्णपणे जागृत अवस्थेत/अवस्थेच्या बाजूने, किंवा पूर्णपणे स्वप्न अवस्थेत/अवस्थेच्या बाजूने असेल; तर तो पक्षपाती असेल. जागृत व स्वप्न या दोन्ही अवस्थांच्या एकमेकांशी असलेल्या संबंधावर, तुम्हाला

न्यायनिवाडा करावा, तुलना करावी असे का वाटते? याचे कारण असे आहे की, तुम्ही दोन्ही अवस्थांबद्दल जागरूक असता, आणि तुम्ही दोन्हीपैकी कोणत्याही एकाच अवस्थेत मर्यादित/सीमीत होत नाही. आणि जर या खटल्यामधील/केसमधील दोन्ही अवस्थांची/ पक्षांची/ बाजूंची जाणीव एकाच वेळी असली तर कुठल्याही प्रकारची तुलना, कोणत्याही जागी, शक्य होणार नाही.

आता आपण एका चित्रवेधक/आवडीच्या प्रश्नाकडे आलो आहोत, की तुलना कोण करत आहे? तुम्ही ज्या दोन अवस्थांमधून जाता, त्या दोन अवस्थांची तुलना, तुम्ही करू शकता; पण जागृत व स्वप्न या दोन्ही अवस्थांमधून, नक्की कोण जात आहे? जेव्हा तुम्ही जागृत अवस्थेतून स्वप्न अवस्थेत उडी मारता, तेव्हा तुम्ही जागृत अवस्थेत नसता, तर तुम्ही स्वप्न अवस्थेत असता. जेव्हा तुम्ही स्वप्न अवस्थेतून जागृत अवस्थेत येता, तेव्हा तुम्ही स्वप्न अवस्थेत नसता, तर तुम्ही जागृत अवस्थेत असता. अशामुळे दोन्ही अवस्थेत तुम्ही एकाचवेळी कसे असू शकता? आणि जर तुम्हाला एकाच वेळी, दोन्ही अवस्थांबद्दल जागृती/जागरूकता नसेल, तर तुम्ही दोन्ही अवस्थांमध्ये तुलना करू शकणार नाही. तसेच जेव्हा तुम्ही फक्त एकाच अवस्थेत पूर्णपणे बुडून गेलेले असता, तेव्हाही ही तुलना शक्य नाही. पण आपण अशी तुलना करतो, आणि या दोन्ही अवस्थातील संबंधांवर, त्यांच्या मूल्यांसह, त्यावर न्यायनिवाडा/ टीकाटिपण्णी/ निकाल देतो. सामान्यत: अनुभवजन्य समजाच्या पलीकडे जे सत्य आहे, हा निकालच त्याच्याकडे पुरेसा निर्देश करते. वरवर पाहता आपण पूर्णपणे जागृत अवस्थेशी संबंधित नसतो, तसेच आपण पूर्णपणे स्वप्न अवस्थेशी जोडलेले नसतो. आपण या दोन्ही अवस्थांतील विशिष्ट अनुभवांच्या पेक्षा काहीतरी वेगळे आहोत. जागृत अवस्थेतील अनुभव आपल्याला दमवू शकत नाहीत, किंवा स्वप्न अवस्थेतील अनुभव आपल्या अस्तित्वाचे पूर्णपणे आकलन करू शकत नाहीत. आपण असे काही आहोत, जे दोन्ही अवस्थांचे साक्षी बनण्यास लायक आहे, असे दिसते. हा साक्षी जागृत अवस्थेचा किंवा स्वप्न अवस्थेचाही एक पक्षकार/भागीदार नाही. या दोन्ही अवस्थांपेक्षा वेगळे आणि दोन्हींवर अवलंबून नसलेले असे तिसरे तत्व आपण आहोत. हे तिसरे तत्व कोणते आहे? 'द्रव्य/पदार्थातील वास्तवाच्या शोधाचा मूळ गाभा' हाच विषय माण्डूक्य उपनिषदाचा हेतू आहे, जे तिसरे तत्व आहे.

जेव्हा एखाद्या गुंतागुंतीच्या प्रकरणात, तपास करायचा असतो, तेव्हा तिथे आयोग/कमिशन नेमतात, त्या आयोग/कमिशन मध्ये, जशा अतिशय सक्षम व्यक्ती नियुक्त केल्या जातात असे आम्हाला वाटते, तसेच जागृत आणि स्वप्न, या अवस्थांच्या मध्ये श्रेष्ठ कोण हे ठरविण्यासाठी, त्या दोन्ही अवस्थांनी त्यांच्या मांडलेल्या बाजूंची/दाव्यांची चौकशी, विचार करून योग्य निकाल देण्यासाठी, स्वत:ला एका नि:पक्षपाती आयोगाच्या स्थितीत ठेवण्याची गरज आहे. आम्ही संपूर्णपणे जागृत अवस्थेच्या मालकीचे नाही; तसेच आम्ही संपूर्णपणे स्वप्न अवस्थेच्या मालकीचे देखील नाही. निर्विकारपणे स्वत:ला या दोन्ही अवस्थांतील अनुभवांपासून विलग ठेवून, त्यातील चैतन्याच्या/जाणीवेच्या व्यावहारिक पृथक्करणानंतर, त्याचा न्यायनिवाडा करण्याच्या परिस्थितीत, आम्ही स्वतःला आणून ठेवतो आहोत. जेव्हा आम्ही कोणताही पूर्वग्रह (पूर्वग्रह असा की जागृत अवस्था, स्वप्न अवस्थेपेक्षा अधिक चांगली आहे) मनात न

ठेवता या दोन अवस्थांचा न्याय करतो, तेव्हा जर आपण या बाबीकडे गेलो - तर आम्ही संपूर्ण चकित करणाऱ्या निष्कर्षांवर पोहोचतो. आम्ही का म्हणतो की जागृत अवस्थेतील वस्तू खऱ्या आहेत? कारण जागृत अवस्थेतील वस्तूंना उपयोगितावादी मूल्य आहे. जागृत अवस्थेतील अन्नच, स्वप्न अवस्थेतील अन्न नाही, आपल्या जागृत अवस्थेतील भूक शांत करू शकते. म्हणूनच आम्ही म्हणतो की स्वप्न अवस्थेतील अन्न वास्तविक नाही आणि जागृत अवस्थेतील अन्न वास्तविक आहे. पण आम्ही हे विसरतो की, स्वप्न अवस्थेतील अन्न आपल्या स्वप्नातील भूक भागवू शकते. पण या दोन्ही अवस्थांमध्ये, अशी चुकीची तुलना आपण का करतो? आपण स्वप्न अवस्थेतील अन्नाला स्वप्न अवस्थेतच मर्यादित का ठेवत नाही, आणि आपण जागृत अवस्थेतील भुकेची तुलना स्वप्न अवस्थेतील भुकेशी का करतो?, तसेच आपण जागृत अवस्थेतील अन्नाची तुलना स्वप्न अवस्थेतील अन्नाशी का करतो? आपण जर बोललो की, आम्हाला जागृत अवस्थेतील जगात माणसे दिसतात व त्यांच्याशी आम्ही बोलू शकतो, व्यवहार करू शकतो; तर आम्ही स्वप्न अवस्थेत सुध्दा जगात माणसे बघतो व त्यांच्याशी आम्ही बोलू शकतो, व्यवहार करू शकतो. याखेरीज आम्ही स्वप्नातील मित्रांशी हस्तांदोलन करू शकतो, स्वप्नातील शत्रूंशी लढाई करू शकतो, आणि स्वप्नातील या लढाईत स्वत:चा मृत्यूही पाहू शकतो. स्वप्नात आम्ही कोर्टकेस सुध्दा लढवू शकतो.

आम्ही स्वप्नातील कोर्टकेस जिंकल्यानंतर स्वप्नवत मालमत्ता स्वप्नात मिळवू शकतो. आमच्याकडे एक स्वप्नातील कार्यालय असू शकते ज्यात आम्ही मोठे अधिकारी असू शकतो. आपण स्वप्नातील जगामध्ये स्वप्नातील राजा बनू शकतो. जेव्हा आमचे आणि आमच्या बाहेरील जगाचे संबंध दोन्ही अवस्थेत समान आहेत, तर आपण स्वप्नात आहोत की जागृतीमध्ये आहोत, काय फरक आहे? असे तुम्ही का म्हणता, की स्वप्न जग अवास्तव आहे आणि जागृत जग वास्तविक आहे? तुम्ही केलेली तुलना अन्यायकारक आहे. तुम्ही दोन्ही पक्षांसाठी एक चांगला न्यायाधीश नाही, आणि म्हणून तुम्ही पक्षपातपूर्ण निर्णय देता. कधीकधी तुम्ही दोन्ही बाजूंच्या प्रकरणांचा पूर्ण विचार न करता एकपक्षीय/एकतर्फी निकाल/न्याय देता. आता येथे, माण्डूक्य उपनिषद कोणत्याही एकपक्षीय/एकतर्फी निकालाचा/न्यायाचा/प्रस्तावाचा स्वीकार करण्यास तयार नाही. तुम्हाला नि:पक्षपातीपणे प्रकरणाच्या मुळाशी जावे लागेल, आणि जागृत किंवा स्वप्न यापैकी कोणत्याही पक्षाची बाजू घेऊ शकणार नाही. एका तत्वचिंतकाने म्हटले होते की : जर जागृत अवस्थेतील एका राजाने दररोज १२ तास स्वप्न पाहिले की, तो भिकारी आहे; तसेच जागृत अवस्थेतील एका भिकाऱ्याने दररोज १२ तास स्वप्न पाहिले की, तो राजा आहे; तर या दोन्ही व्यक्तींमध्ये काय फरक आहे? कोण राजा आहे आणि कोण भिकारी आहे? तुम्ही म्हणाल की, जागृत अवस्थेतील राजा हाच खरा राजा आहे, तर तुम्ही केलेली तुलना चुकेल. अशी तुलना योग्य ठरणार नाही, कारण पक्षपातीपणे, मनात पूर्वग्रहदूषित विचार ठेवून केलेली ती तुलना असेल. ही तुलना जागृत अवस्था करीत आहे, आणि तीच निर्णय देत आहे की तीच खरी आहे. ते असे आहे की : एखाद्या प्रकरणात एका पक्षाने असे म्हटले की, 'मी बरोबर आहे', दुसऱ्या 'पक्षाच्या हक्कांचा विचार न करता', तसे. स्वप्नातील विषय स्वप्न जगाशी संबंधित तितकेच वैध प्रतिपादन करू शकेल. तुम्ही स्वप्नातील जगाला अवास्तव मानता कारण तुम्ही जागृत अवस्थेत आले आहात.

जेव्हा आपण स्वप्नात असता, तेव्हा आपण असा निर्णय कधीही घेत नाही. आपण स्वप्नात आनंदी असता; आपण स्वप्नात हसता; आणि स्वप्नात रडता देखील. जर स्वप्नातील वेदना अवास्तव असतील तर स्वप्नात आपण का रडता? आपण म्हणू शकता 'ते एक स्वप्न आहे; मी काळजी का करावी?' आपण एक स्वप्न पाहिले ज्यात एक साप होता, स्वप्नात त्याला बघून तुम्ही भितीने उडी मारलीत/उडालात, आणि नंतर तुम्हाला कुणी विचारले की उडी का मारलीस स्वप्नातील साप बघून? तो साप तर अवास्तव होता! पण आपले शरीर त्या स्वप्नाने हादरले होते. जर स्वप्नात वाघाने तुमच्यावर हल्ला केला, तर तुम्ही जागे व्हाल तेव्हा तुमचे शरीर घामाने ओलेचिंब झालेले असेल. एवढेच नाही तर आपण प्रत्यक्षात अगदी रडूही शकता. हे शक्य आहे. आपण स्वप्नातील एखाद्या झाडावरून खाली पडून, स्वप्नात तुमचा पाय मोडू शकतो आणि आपल्याला खरोखर वेदना जाणवते. कधीकधी आपण उठता तेव्हा पाय थरथरत असतात. तुम्ही त्यांना स्पर्श करून त्यांना काय झाले आहे हे पाहण्याची सुरुवात करता. काहीही झाले नाही हे समजून घेण्यासाठी आपण थोडा वेळ घेता आणि मग म्हणता, 'मी कल्पना करीत होतो/स्वप्न बघत होतो'. योग्य प्रकारे, निर्विकारपणे, तत्वज्ञानाच्या दृष्टीने, जागृत व स्वप्न दोन्ही अवस्थांची तुलना केल्यास, तुम्ही एका विचित्र परिस्थितीत येऊन पोचता, इतक्या लाजिरवाण्या स्थितीत की तुम्ही कोठे आहात हे तुम्हाला ठाऊक नसते. तुम्ही जागे आहात किंवा, तुम्ही स्वप्न पाहत आहात; तुमच्या ताब्यात एखादी गोष्ट आहे किंवा तुम्ही एखाद्या वस्तूची विल्हेवाट लावली आहे - हे तुम्हाला कळणार नाही. आणि कदाचित, स्वप्नातील अनुभव हे जागृत अवस्थेतील संस्कारांमुळे/ठशांमुळे येतात, हे ज्ञानही हे प्रकरण अधिक चांगले करत नाहीत. तो फक्त वाद घालण्याचा एक मार्ग आहे. जेव्हा आपण अनुभवाच्या क्षेत्रात, व्यावहारिकरित्या प्रवेश करता, तेव्हा आपणास आढळेल की ह्या सैध्दांतिकदृष्ट्या केलेल्या विश्लेषणाने, आपल्या व्यावहारीक जीवनात काहीच फरक पडलेला नाही. हेही असू शकते, की जर जागृत अवस्थेतील अनुभवांच्या ठशांनी, स्वप्नातील जगाची निर्मिती केली असेल, तर जागृत अवस्थेतील अनुभव, कदाचित इतर काही छापां/ठशां द्वारे तयार केले गेले असतील.

जर, जागृत अवस्थेत येणाऱ्या अनुभवांच्या छापांमुळे, स्वप्नातील जगाची निर्मिती झाली आहे, या समाधानामुळे/निष्कर्षामुळे; तुम्ही स्वप्न अवस्था ही अवास्तव समजता, तर मग तुम्ही जागृत अवस्थेचाही अवास्तव म्हणून विचार करू शकता, कारण जागृत अवस्था ही सुध्दा इतर अवस्थांमधील, इतर काही आलेल्या अनुभवांचा प्रभाव, त्यांचा परिणाम आहे. जर स्वप्नातील जग हे एखाद्या कारणाचा परिणाम म्हणून झाले असले तर, जागृत जग देखील दुसऱ्या कारणाचा परिणाम असू शकतो. जर तुमच्या स्वप्नजगाचा अवास्तव म्हणून न्याय करण्यासाठी, कार्यकारण संबंध जबाबदार आहेत, त्याच कारणास्तव जागृत जग देखील अवास्तव आहे असा निष्कर्ष लागू शकतो. आणि तुम्ही स्वप्नजगातील वस्तूंपेक्षा जागृतजगातील वस्तूंना का मिठी मारता? स्वप्नात तुम्ही स्वप्नातील वस्तूंना चिकटता, परंतु जेव्हा तुम्ही जागे होता, तेव्हा त्यांचा विचारही करीत नाही. स्वप्न व जागृत जगाच्या तुलनेत जागृत जग वरिष्ठ समजून, स्वप्नजगाला अवास्तव म्हणून मानल्यास, तुम्ही तुलना का करत नाही जागृत जगाची दुसऱ्या उच्च जगाशी/अवस्थेशी? जागृतजग आणि स्वप्नजग केवळ या दोन अवस्थांमध्ये आपले विश्लेषण तुम्ही का मर्यादित करता? तुम्हाला असे वाटते की या फक्त दोनच अवस्था आहेत, यापेक्षा

अधिक अवस्था नाहीत असे तुम्हाला का वाटते? फक्त स्वप्नात राहून जसे तुम्ही स्वप्नजग आणि जागृतजग, या दरम्यान तुलना करून तुमचे मत बनवू शकत नाही, तसेच तुम्ही या जागृतजगातून जागे झाल्याशिवाय, जागृतजग आणि त्यापेक्षा उच्च अवस्था यामध्ये तुलना करू शकत नाही. तुम्ही स्वप्नात असताना विचार करता, फक्त स्वप्नातील जगाचा आणि तेव्हा तुम्हाला जागृतजग माहित नसते. तुम्ही स्वप्न पाहत असताना तुमचे जागृतजगातील सर्व साम्राज्य विसरता. तुम्ही स्वप्न जगात इतके मग्न होता की, जागे होणे या नावाची एक गोष्ट आहे हे तुम्ही पूर्णपणे विसरता आणि तुम्ही उत्सुकतेने जागृत जगात जाता, जेव्हा तुम्ही उठता तेव्हा, परंतु आधी नाही. जर स्वप्न जगात अशी स्थिती असेल तर जागृत जगात येण्याबाबतही हेच आहे. स्वप्न व जागृती दोन्ही अवस्थात नियम तोच आहे. स्वप्नात स्वप्नजग वास्तविक वाटते, तर जागृत अवस्थेत, जागृतजग वास्तविक असल्याचे दिसते. जागृतजग वास्तविक असते कारण आपण जागृत असता म्हणून, आणि स्वप्नजग कार्यरत/कार्य करत असते तेव्हा स्वप्न वास्तविक होते.

तुम्ही जेव्हा एका विशिष्ट अवस्थेत असता, तेव्हा ती अवस्था तुम्हाला वास्तविक असल्याचे दिसते. वेदांमध्ये दिलेल्या प्रसिध्द उदाहरणामध्ये एका दोरी साप/सर्पा सारखी भासली/दिसली. सर्प तेथे अजिबात नाहीये, आणि तरीही आपण दहशतीने/भीतीने उडी मारली. दोरखंड जे अस्तित्वात होते, तिथेच होते; त्यात/त्यावर तुम्हाला साप दिसला, जो अस्तित्वातच नव्हता. तुम्हाला दोरी दिसली नाही; तुम्हाला फक्त साप दिसला; आणि फक्त दोरीच आहे हे पाहिल्यावर साप तिथे राहत नाहीये/नव्हता, असे तुम्ही म्हणालात. जेव्हा तुम्हाला दोरी दिसली नाही तेव्हा तुम्ही फक्त साप पाहिलात आणि नंतर तुम्ही उडी मारलीत. म्हणून साप अवास्तव आहे असे तुम्ही म्हणू नका. जर तो अवास्तव होता, तर तुम्ही उडी का मारलीत? अवास्तव सापावर वास्तव उडी का मारलीत? त्या वेळी साप अवास्तव नव्हता. आकलन होण्याच्या / समजले जाण्याच्या त्या वेळी तो साप वास्तवच होता, आणि जेव्हा तुम्ही काहीतरी वेगळे पाहिले - दोरी पाहिली, तेव्हा तो आधीचा वास्तव साप, अवास्तव बनला. जेव्हा जे पाहिले जाते तेव्हा ते वास्तव असते, आणि जेव्हा त्याची तुलना इतर कोणत्याही गोष्टीशी केली जाते, जी वस्तू तुम्ही नंतर पाहिली, तेव्हा आधीची वस्तू अन्यथा/वेगळीच दिसते. जर तुमचा गोष्टींचा न्याय करण्याचा हाच मार्ग असेल तर, तुम्ही संपूर्ण जागृत अवस्थेला याच / समान रीतीने का न्याय देत नाही? जागृत जग खरे आहे असे तुम्ही का म्हणता? याच न्यायाने तुम्हाला दोरी मध्ये साप वास्तविक वाटतो, आणि ज्याप्रमाणे तुम्ही खोटा पण दृश्य साप पाहिल्यावर उडी मारली, तसेच जगाच्या स्पष्टपणे दिसणाऱ्या वस्तूंमुळे तुम्ही प्रभावित होता. ज्याप्रकारे नसलेल्या सापाच्या धारणेमुळे तुम्ही तापदायक / भीतीच्या भावनेच्या ताब्यात जाता; तसेच ज्या तिथे नाहीत, त्या संसारातील गोष्टींच्या आकलनामुळे आम्हाला वेदना होतात. आम्ही असे म्हणू नये की त्या संसारातील गोष्टी तेथे आहेत. जर त्या खऱ्या असतील, तर तिथे खरोखरच साप आहे. दोरीतील साप एक रहस्यमय पदार्थ आहे. आम्ही तो तेथे आहे किंवा तेथे नाही असे म्हणू शकत नाही. एका दृष्टीकोनातून साप तिथे आहे, कारण आम्ही खरोखर त्यापासून लांब जाण्यासाठी उडी मारली, आणि दुसऱ्या दृष्टिकोनातून तो तेथे नाही, कारण तो साप नसून फक्त एक दोरी आहे. संपूर्ण जागृत अवस्थेबद्दलही / जागृत जगाबद्दलही असेच म्हणता येईल.

जग तोपर्यंत येथे आहे जोपर्यंत आम्ही ते पाहतो, आणि आम्ही त्याला चिकटून राहतो, त्याबद्दल रडतो आणि त्याच्याशी वेगवेगळे व्यवहार करतो तोपर्यंत; जसे दोरीमध्ये साप दिसल्यावर आमचे त्याच्याशी व्यवहार चालतात तसेच. पण जेव्हा आपण दुसरी वास्तविकता पाहतो संपूर्णपणे, जेव्हा प्रकाशात दोरी बघितली जाते, भूकंप/थरथर थांबते आणि आम्ही सुटकेचा श्वास घेतो आणि म्हणतो, "तेथे साप नव्हताच". त्याचप्रमाणे जेव्हा जग ज्ञानाच्या प्रकाशात येईल, तेव्हा त्या प्रकाशात हा जगाचा साप अदृष्य होईल, आणि आपल्याला 'ब्रह्म' नावाची दोरी दिसेल, मग आम्ही तसेच निवेदन करू. हा प्रकाश सूर्याचा, वीजेचा इ. चा प्रकाश नाही. परंतु ज्ञानाचा म्हणजे शहाणपणाचा, अंतर्दृष्टीचा किंवा अनुभूतीचा प्रकाश. मग आपण उद्‌गार काढू, 'अरे, हे सर्व आहे! मी येथे आणि तेथे अनावश्यकपणे कशासाठी धाव घेतली?' जागृत अवस्थेत आल्यावर आता, आपण स्वप्नवत अवस्थेच्या अवास्वतपणाबद्दल बोलत आहोत, तसेच आपण या जगाच्या अवास्वतपणाच्या बाबतीत बोलू शकू, जेव्हा आपण परिपूर्ण ईश्र्वराच्या जाणीवेत/जागृकतेत/चैतन्यात जाऊ त्या वेळी. म्हणूनच आपण ज्या जगात राहत आहोत ते जग असेच आहे. आम्ही त्याला वास्तविक किंवा अवास्तविक म्हणू शकतो, जशी आमची आवड असेल त्याप्रमाणे. दोन्ही विधाने बरोबर दिसतात/वाटतात : आम्ही जग बघतो म्हणून ते खरे आहे की; ते खरोखर तिथे नाही, कारण त्याचे विशुध्दीकरण होऊन ते एका उच्च अनुभवामध्ये विलीन झाले आहे.

जागृत आणि स्वप्न अवस्था यांच्यातील संबंधांचा हा विश्लेषणात्मक समज, माणसाचा देवाशी असलेल्या संबंधांवर प्रकाश टाकण्यास सक्षम असेल. स्वप्न अवस्थेचा जो संबंध आहे जागृत अवस्थेशी, तोच संबंध आहे देवात आणि माणसात. आणि स्वप्न अवस्था जशी जागृत अवस्थेपेक्षा कनिष्ठ दर्जाची आहे, तशीच जागृत अवस्था देवा/ईश्र्वरापेक्षा कनिष्ठ दर्जाची आहे. जसा जागृत अवस्थेतील कर्ता जीव, स्वप्न अवस्थेतील जगाची निर्मिती करतो, तसेच देव जागृत जगाची निर्मिती करतो. आणि जेव्हा आपण स्वप्न अवस्थेतून जागे झाल्यावर, जागृत अवस्थेत तेव्हा जे काही होते, तेच जेव्हा आपण जागृत अवस्थेतून, देवाकडे जातो तेव्हा तसेच होते. जागृत अवस्थेत आल्यावर आपण काही गमावता का? - जर तुम्ही काही तरी गमावत असाल तर मग तुम्ही देवाचा/ईश्र्वराचा साक्षात्कार होऊनही तेच काहीतरी गमावाल.

पण, जर आपणास असे वाटत असेल की, स्वप्न अवस्थेतून बाहेर आल्यामुळे तुम्ही काहीही हरविले/गमाविले नाही, आणि उलट त्याऐवजी आपणास चांगले वाटले, तर हाच नियम ईश्वर-प्राप्तीच्या स्थितीस लागू होतो. ईश्वर-प्राप्तीद्वारे आपण दुसरीकडील काहीही गमावत नाही. या विरूध्द, आपण चांगले होता आणि आपली अस्तित्वाची जाणीव वर्धित होते. स्वप्नात असताना, आपण फक्त आभासी/बनावट जग पाहता आणि जागृत अवस्थेत आल्यावर असे वाटते की, आभासी/बनावट जगाऐवजी, आपण वास्तविक गोष्टी/जग पहात आहोत. ईश्र्वरात गोष्टी जशा खरोखर आहेत, तशाच दिसतात, पण या तथाकथित जागृत अवस्थेत, आपणाला आभासी/बनावट जग दिसते. स्वप्न अवस्थेतील अनुभवाचे हे तात्विक अतिसूक्ष्म भेद करणारे, असे हे (पुढील) मेटाफिजिकल विश्लेषण आहे : स्वप्न जग मनाच्या बाहेर नाही; जागृत जग परिपूर्ण ईश्र्वराच्या बाहेर नाही.

स्वप्न अवस्था म्हणजे केवळ एक तात्विक अतिसूक्ष्म भेद असलेली समस्या नाही; तर ती मानसिक घटना/क्रिया देखील आहे. हे मनाचे पूर्वस्थितीवर येणे / रुपांतर आहे, म्हणजेच इंद्रियांच्या व्यावहारीक जगातून बाहेर पडून, त्याच्या स्वतःच्या निवासस्थानात जाणे आहे. म्हणूनच त्याला अंत:प्रज्ञ आणि प्रविभिक्तभुक असे म्हणतात. मन आहे अंतःप्रज्ञ, किंवा अंतर्गत बाबतीतच जाणीव/जागरूकता असलेले, कारण मन जागृत इंद्रियांच्या व्यवहारांपासून स्वतंत्र असे, स्वप्नजग त्याच्याच पडद्यावर प्रक्षेपित करू शकते (प्रोजेक्ट). डोळे बंद असू शकतात, परंतु तरीही आपल्याला स्वप्नात 'दिसेल'. आपण आपले कान बंद करू शकता आणि झोपायला जाऊ शकता, आणि तरीही आपण स्वप्नात 'ऐकू' शकता. जरी जीभ प्रत्यक्षात कार्य करत नसते, तरीही आपण स्वप्नात 'चव' घेऊ शकता. जागृत अवस्थेतील इंद्रिये सक्रिय नसली तरीही, स्वप्न अवस्थेत आपल्याकडे संवेदनाक्षम इंद्रियांची, सर्व कार्ये करण्याची व अनुभवण्याची क्षमता असू शकते. मन स्वप्नातील इंद्रिये म्हणून स्वतःला प्रोजेक्ट करते, आणि स्वप्नातील वस्तूंशी संपर्क साधण्यास सक्षम होते, ज्या वस्तू त्या एकाच मनाच्या आंशिक भागाचे प्रकटीकरण/रूप असते. स्वप्नात मन स्वतःला कर्ता आणि वस्तू/पदार्थात किंवा/तसेच द्रष्टा आणि पाहिलेल्या वस्तूत विभागते. तुम्ही स्वप्ने पाहता / स्वप्नांना धरून ठेवता, आणि त्याच वेळी ज्या जगात त्या स्वप्नांना धरून ठेवले जाते, ते जगही तुम्हीच असता.

स्वप्नांचे जग आणि स्वप्ने पाहणारा/धरून ठेवणारा, जागृत अवस्थेत आल्यावर, अदृश्य होतात; स्वप्नातील विषय आणि स्वप्ने पाहणारा दोन्ही सांधून एकत्र होतात, आणि अधिक एकात्मिक/एकत्रित असे चैतन्य/ जाणीव/जागरूकता तयार होते. याप्रमाणेच याहूनही अधिक एकात्मिक/एकत्रित चैतन्य/जाणीव/जागरूकता, ईश्वर-साक्षात्कारात तयार होते. आपण ज्या बाह्य जगाला पाहता, आणि त्या बाह्य जगाला आपल्या स्वत:त धरून ठेवता, दोन्ही वैश्विक चेतनेत/चैतन्यात/जाणीवेत/जागरूकतेत एकत्र येतात. या वैश्विक चैतन्याला सर्वज्ञ किंवा सर्व माहीत असलेला असा असे म्हणतात; जवळजवळ याच अर्थाने, जागृत अवस्थेतील मनात, स्वप्न अवस्थेत जे सर्वकाही आहे त्याची जाणीव असल्याचे म्हटले जाऊ शकते. स्वप्न अवस्थेतील संसार, खरोखर तुमच्या जागृत अवस्थेच्या बाहेर नव्हता, आणि जागृत अवस्थेतील जग देखील, ईश्र्वराच्या बाहेर नाहीये. आणि जसे आपण स्वप्न अवस्थेतील जग, जागृत अवस्थेतील मनामध्ये ओढून माघारी घेतले आहे, तसेच जागृत अवस्थेतील जग, ईश्र्वराच्या वैश्र्विक मनात ओढून माघारी घेतले जाते, असे म्हटले जाऊ शकते. आणि वैयक्तिकरित्या, पिंडाच्या/जीवाच्या दृष्टीकोनातून, स्वप्न अवस्थेतील अनुभव हे जागृत अवस्थेतील ठशांचा/समजेचा/धारणांचा परिणाम म्हणून ओळखले जाऊ शकतात, आणि म्हणून स्वप्न अवस्था ही जागृत अवस्थेचा परिणाम मानला जाऊ शकतो. पण, ती ब्रह्मांडाच्या दृष्टिकोनातून, जेव्हा आपण या स्थितीचा न्याय करता, तेव्हा पूर्णपणे भिन्न बाब असते. जसे आपल्याकडे विश्व आणि तैजस आहेत, वैयक्तिक जीवाच्या जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था, ज्यांना सजीव/जिवंत करणाऱ्याला चैतन्य/जाणीव/जागरूकता असे म्हणतात. तसेच वैश्विक दृष्टिकोनातून, विराट आणि हिरणगर्भ या सार्वत्रिक/वैश्विक जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था आहेत. तात्पुरते बोलताना, तैजसाच्या स्वप्न अवस्थेतील जगाचा विचार केला जाऊ शकतो, जागृत अवस्थेतील जगाचा परिणाम म्हणून; तथापि आम्ही असे म्हणू शकत नाही की हिरण्यगर्भ हा विराटाचा प्रभाव आहे. हाच व्यक्तीवादी समज आणि

सार्वत्रिक/लौकिक ज्ञान यातील फरक आहे. विश्व हे तैजसाच्या अगोदर येते असे सांगितले जाऊ शकते, पण विराट हिरणगर्भाच्या आधी येत नाही. वैश्विक अवस्था वैयक्तिक अवस्थेच्या उलट आहे.

स्वप्न अवस्थेतील चैतन्य/जाणीव/जागरूकता ज्याला तैजस म्हणतात, त्याच्यात विश्वाचे/जागृत अवस्थेतील चैतन्याचे काही मूलभूत गुणधर्म/वैशिष्ट्ये असतात. सूक्ष्म शरीर व स्थूल शरीर यांचा बाह्य आराखडा सारखाच असतो. जर भौतिक शरीर हे एक रूप असेल तर सूक्ष्म शरीर हा त्याचा साचा आहे, ज्यामधून हे रूप तयार होते. अशा प्रकारे स्थूल शरीराचा, सूक्ष्म शरीराशी संदर्भ/संबंध असतो आणि जवळजवळ प्रत्येक बाबतीत म्हणजेच, रूप, आकार/घडण आणि भौतिक शरीररचना या सर्व बाबतीत दोन्ही मिळतेजुळते असतात. म्हणूनच सप्तांग आणि एकोनविमसतीमुख, हे शब्द जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था दोन्हीच्या वर्णनात पुन्हा येतात/आहेत. विश्व किंवा जागृतस्थान तसेच तैजस किंवा स्वप्नस्थान दोन्ही सात अंगे/अवयव असलेले आहेत आणि १९ तोंडे असलेले आहेत. हिरण्यगर्भ आणि विराट यांची संरचनात्मक रचना/ निर्मिती सारखीच असल्यासारखे दिसते आहे, जरी हिरण्यगर्भ विराटापेक्षा सूक्ष्म आहे. हिरण्यगर्भ आणि विराट दोन्ही वैश्विक आहेत आणि त्यांच्यातील फरक हा सूक्ष्मतेच्या अंशाचा आहे, परंतु संरचनात्मक रचनेचा नाही. आत्मसाक्षात्काराच्या अवस्थेत हिरण्यगर्भ देखील आम्ही विराटासारखा धरून ठेवू/अंतर्भूत करू, हिरण्यगर्भ हे विराटापेक्षा सूक्ष्म आहे या फरकासह. विश्व किंवा वैश्र्वानराचे वर्णन सात अंगे/अवयव असलेले असे केले आहे, हिरण्यगर्भ किंवा तैजसही तसेच असू शकतात. तैजस स्वतंत्रपणे म्हणून आणि हिरण्यगर्भ वैश्विकदृष्ट्या अंतःप्रज्ञ असतात, आतील गोष्टींबद्दल जागरूक असलेले, कारण त्यांच्या कार्याच्या वस्तू, भौतिक नसून सूक्ष्म असतात, ज्यांची निर्मिती/ स्थापना तन्मात्रांनी केली आहे : शब्द, स्पर्श, रूप, रस आणि गंध. जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था यांचे गुणांच्या संदर्भातील वर्णन, सात अंगे व १९ तोंडे असेच समान असले तरी; स्वप्न अवस्थेतील चेतना आहे प्रविविक्तभुक, वैयक्तिक आणि वैश्विक दोन्ही प्रकारे, ती दोन्ही प्रकारांमध्ये सूक्ष्म गोष्टी स्वत:मध्ये शोषून घेते. आणि जो फरक आम्ही विश्व आणि वैश्वानराच्या दरम्यान काढतो, तोच फरक आम्ही तैजस आणि हिरण्यगर्भ यांच्या दरम्यान देखील काढू शकतो.

जे संबंध विराट व विश्व यांच्यात आहेत, तेच संबंध हिरण्यगर्भ व तैजस यांच्यात आहेत. जीवाच्या दृष्टीकोनातून स्वप्नजग हे खूप गुंतागुंतीचे असते, पण विराटाच्या दृष्टीकोनातून स्वप्नजग हे खूप साधे/सरळ/सोपे असते.

हल्लीच्या / नजिकच्या भूतकाळात, मानसतज्ज्ञ व मानसविश्लेषकांनी स्वप्नजगाचे विश्लेषण केले आहे. अशा मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञांपैकी फ्रुइड, अडलर व जुंग (Freud, Adler and Jung) हे या निश्कर्षा पर्यंत आले आहेत की, स्वप्ने ही व्यक्तीमत्वातील गुंतागुंतीमुळे पडतात. फ्रुइडच्या मते संभोगवासना हे त्याचे कारण आहे. अडलरच्या मते कमीपणाची भावना हे त्याचे कारण आहे. जुंगच्या मते आपल्या व्यक्तीमत्वात असलेल्या बहि:र्मुखता व अंतर्मुखता या दोन्ही स्वभाव-वैशिष्ट्यांच्या सर्वांगीण वाढीची

आच/तीव्र इच्छा हे त्याचे कारण आहे. या मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञांची मते अर्धसत्य असली, तरी त्यांच्या शोधातून आपल्याला शिकण्यासारखे बरेच काही आहे. पण त्यांची मते पूर्णसत्य नाहीत. हे मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञ जागृत अवस्थेतून अर्धजागृत अवस्थेत पोचले होते व काही प्रमाणात अर्धचेतन/अचेतन अवस्थेतही पोचले होते, पण ते अध्यात्मिक अवस्थेत पोचले नव्हते. त्या मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञांसाठी वैश्विक आत्मा अशी कोणतीही गोष्ट अस्तित्वातच नाही. मन हेच सर्वकाही आहे. अचेतन, अर्धजागृत व जागृत या मनाच्या अवस्था असून त्यापलिकडे काहीही नाही. या मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञांना त्यांच्या शोधांसाठी गौरविणे जरूरी आहे, कारण ते मनाच्या जास्त खोलीत उतरले, जेव्हा त्याची तुलना सामान्य मानसतज्ञांशी केलेल्या, जागृत जीवनापुरत्याच मर्यादित असलेल्या, सामान्य अभ्यासाशी करू तेव्हा. मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञांना असा शोध लागला की, मानवाच्या जागृत अवस्थेपेक्षा खोल असे काहीतरी आहे, ज्याला मनाची अर्धजागृत अवस्था व अचेतन अवस्था अशी नावे त्यांनी दिली. या मनाच्या खोल असलेल्या अवस्थांमध्ये वेगवेगळ्या प्रकारच्या गुंतागुंती भरलेल्या आहेत. आपले व्यक्तीमत्व जे जागृत अवस्थेत दिसते, त्यापेक्षा कितीतरी अधिक विशाल असते.

स्वातंत्र्य असे काही नाही, असे मत ठेवण्याच्या मर्यादेपर्यंत, मनोविश्लेषक गेले आहेत; कारण ते म्हणतात की, संमोहन केलेल्या व्यक्तीला दिलेल्या स्वातंत्र्याइतकेच, वास्तविक स्वातंत्र्य आहे. एखाद्या रुग्णाला डॉक्टरांनी, कृत्रिम निद्रेखाली आणले, तर तो रुग्ण डॉक्टरांची इच्छा/आज्ञा असेल त्यानुसार कार्य करेल. पण त्याला हे माहित नसते की, संमोहनाने त्याला कृत्रिम निद्रा आली होती आणि त्या निद्रेत त्याला काही आज्ञा दिल्या गेल्या आहेत व सर्व वेळ तो त्याप्रमाणेच वागत आहे; पण त्याला असे वाटत असते की तो त्याच्या स्वत: च्या निवडीनुसार किंवा इच्छेच्या स्वातंत्र्यानुसार वागत आहे. मनोविश्लेषक म्हणतात, की आम्हाला स्वातंत्र्य आहे असे वाटते, जसे वर वर्णन केलेल्या रूग्णाला वाटते त्याच प्रकारे. पण आपल्याला संमोहन केले गेले आहे; आतील आवेगाने, आचेने, तीव्र इच्छांनी, ज्यांच्या गुंतागुंतीत आम्ही गुरफटले आहोत. आपण स्वतंत्र आहोत असे म्हणण्याचा काही उपयोग नाही. वरील रूग्ण तो मुक्त आहे असे म्हणतोच. जेव्हा तो निरोगी होतो आणि त्याच्या सामान्य चैतन्याला/जाणीवेला पुनर्प्राप्त करतो, तेव्हा तो कदाचित वेगळ्या पध्दतीने कार्य करेल. जेव्हा तो डॉक्टरांच्या इच्छांच्या/आज्ञांच्या प्रभावाच्या तावडीतून मुक्त होतो, तेव्हा तो अगदी वेगळ्या पध्दतीने कार्य करेल. तशीच जर आपली सुटका झाली तर आपण आत्ता ज्याप्रकारे वागत आहोत तसे वागणार नाही. आमच्या संपूर्ण जीवनात, सध्या ज्या परिस्थितीत, आम्हाला ज्या ठिकाणी ठेवले गेले आहे, त्यामुळे निर्माण झालेल्या मनोविज्ञानिक गुंतागुंतीच्या जाळ्यात, अडकल्याने आमची सुटका होत नाही.

प्रत्येक मानवाला एक गंड (उदा.-न्यूनगंड) असतो; फक्त एक गंड नाही, परंतु अनेक गंड असतात. निराश भावना नंतर गंड होतात. सुरुवातीला आपल्याला काही इच्छा होतात, आणि मनोविश्लेषक ज्याला 'वास्तव' तत्व म्हणतात, त्यामुळे सर्व इच्छा पूर्ण केल्या जाऊ शकत नाहीत. येथे समाजाचे वास्तव आहे, बाहेरील जगाचे वास्तव आहे, जे आपल्या इच्छांना विरोध करते. समाजाचा स्वतःचा एक कायदा आहे, जो सर्व वैयक्तिक इच्छांच्या अभिव्यक्तीस परवानगी देत नाही. म्हणून, व्यक्ती आपल्या इच्छांना दडपशाही करून मनात दाबून टाकतात. दाबून टाकण्याची क्रिया व दडपशाही या मनाने वापरलेल्या

यंत्रणा आहेत; ज्या बाहेरील समाजाच्या वास्तविकतेशी सुसंवादी दिसण्यासाठी, जो खरा नाही असा देखावा ठेवून/निर्माण करून, वापरल्या जातात.
जेव्हा आपण एखादी इच्छा दडपतो, तेव्हा आपण कृत्रिम व्यक्ती बनतो. आपण जे आहात ते नाही आहात. आणि जेव्हा आपण पुढे बऱ्याच काळापर्यंत हे करत राहू, तेव्हा दडपलेल्या ठशांपासून गंड बनतो. ह्या मनोवैज्ञानिक गंडामुळे काही वेळा शारीरिक रोग होऊ शकतात. बोलताना अडखळणे/तोतरे बोलणे, बहिरेपणा, भूक न लागणे, यकृताच्या समस्या, पांगळेपणा आणि या सारख्या मानसिक अव्यवस्था; मनातील दाबून टाकलेल्या इच्छांच्या, लांब/दीर्घ मुदतीपर्यंतच्या दडपशाहीमुळे, बनलेल्या ठशांपासून गंड बनतात, ज्यांचे या सर्व मानसिक अव्यवस्थेत व मग त्यांचे शारिरीक समस्यात रूपांतर होते. जर आपण आपले याआधी झालेले अनेक पुनर्जन्म लक्षात घेतले, तर अशी दडपशाही आपण अनेक वर्षे नव्हे, तर अनेक जन्म करीत आलो आहोत. आपण ताणांचा, ठशांचा, कृत्रिम परिस्थितीचा एक समूह आहोत. सर्व कृत्रिमता, सर्व काठीण्य, ताण व दु:ख यालाच जीवभाव म्हणतात. या परिस्थितीमुळे स्वप्ने तयार होतात, ज्यांचा उद्देश असतो, स्वप्नातील इच्छापूर्तीने मिळणारे सुख. सूक्ष्म इच्छा, ज्या दडपल्या गेल्या होत्या, त्या मनात वर येऊन त्यांचे स्वप्नात प्रकटीकरण होते, जेव्हा जागृत अवस्थेतील इच्छाशक्ती काम करत नसते. इच्छा स्वत:चे जागृत जगात प्रकटीकरण करू शकत नाहीत, कारण तेथे वास्तवता असते, जी इच्छांना बाहेरून विरोध करते. तुम्ही तुमच्या इच्छा लोकांवर लादू शकत नाही, कारण ते तुम्हाला विरोध करतील, टीका करतील, कात्री लावतील आणि तुमचे जगात जिणे हराम करतील. आणि इच्छा तर खूप हुशार असतात. त्यांना माहीत असते, कुठे व्यक्त व्हायचे आणि कुठे नाही ते. आणि स्वप्न अवस्थेत तर अशी टीका/कात्री लावणारे बाह्य वास्तवातील कोणीच नसते. स्वप्न अवस्थेत इच्छाशक्ती, बुध्दी किंवा तर्कशुध्द युक्तीवाद काम करीत नाहीत, आणि नैसर्गिक भावनाच काम करीत असतात. तुम्ही एका भावनिक जगात जगत असता. तुमचे खरे व्यक्तीमत्व, काही प्रमाणात का होईना, स्वप्न जगात बाहेर व्यक्त होते.

म्हणून स्वप्ने दाबलेल्या इच्छांमुळे होतात. हे स्वप्नांच्या मागील एक कारण आहे. पश्चिमेचे मनोविश्लेषक यावर जोर देतात आणि म्हणातात की हाच एकमेव घटक आहे. पण भारतीय मानसशास्त्रज्ञ आणि मानसविश्लेषक शास्त्रज्ञ, जसे राज-योगी आणि वेदांत तत्त्वज्ञानी, यांनी स्वप्नांच्या दुसर्या पैलूला स्पर्श केला आहे. अर्थात, निराश झालेल्या इच्छांच्या, परिणामस्वरूप बनलेल्या ठशांमुळे, स्वप्ने काही प्रमाणात बनू शकतात. परंतु, हे पूर्णपणे सत्य नाही. स्वप्नांमागे इतर कारणे देखील असू शकतात, आणि असे एक कारण म्हणजे, मागील कर्मांच्या काम करण्याने स्वप्ने बनली. मागील कर्मांचे परिणाम, पुण्य किंवा पाप, स्वप्नात येऊ शकतात, जेव्हा त्यांना जागृत अवस्थेतील जगात, अभिव्यक्तीसाठी संधी दिली जात नाही तेव्हा. तसेच, इतर एखाद्या व्यक्तीच्या विचारांचा, तुमच्यावर परिणाम होऊ शकतो. तुमचा एक मित्र कदाचित तुमचा खोल/खूप विचार करेल; आणि आपण कदाचित त्याचे स्वप्न पहाल किंवा आपण त्याच्या विचारांशी संबंधित अशा अनुभवांसह एखादे स्वप्न पाहू शकता. तुमची आई कदाचित दूर असेल, आणि तुमच्यासाठी रडत असेल आणि तिच्या विचारांचा तुमच्यावर परिणाम होऊ शकेल आणि आपणाला स्वप्न पडू शकेल. ह्या सर्वांचा अर्थ इतकाच आहे की टेलिपथिक/मानसिक विचारांचा प्रभाव, स्वप्न उत्पन्न करू शकतो. अध्यात्मिक साधकाच्या बाबतीत,

गुरुची कृपा एखाद्या स्वप्नास कारणीभूत ठरू शकते; आणि गुरूकृपेने जागृत जगात, आपत्तिमय अनुभवांमधून जावे लागण्याऐवजी, साधकाच्या स्वप्नातील अनुभव म्हणून हलकेच ते पाप भोगले जाऊ शकते. गुरुच्या सामर्थ्यामुळे एखाद्याला जागेपणात त्रास होण्याऐवजी, त्रास होत आहे असे स्वप्न पडेल. प्रारब्धामुळे जर शिष्य खाली पडून त्याचा एक पाय मोडायचा असेल, तर गुरु स्वप्नात त्याला तसा अनुभव देईल आणि त्याचा जागेपणातील त्रास वाचवेल. एखाद्याला जागृत अवस्थेतील तापाऐवजी, स्वप्नात ताप येऊ शकतो. एखाद्यावर स्वप्नात आपत्ती येऊ शकते जागृत अवस्थेतील आपत्तीऐवजी. हे गुरुच्या कृपेमुळे होत असते. म्हणून, शक्तीपात देखील स्वप्नाचे एक कारण असू शकते.

हे सर्व पाश्चिमात्य मनोवैज्ञानिकांना माहित नाहीये. आणि ईश्वराची कृपासुध्दा स्वप्ने पाडू शकते. ईश्र्वर तुम्हाला आशीर्वाद देईल आणि तुम्हाला काही खास गोष्टी देईल, स्वप्नातील अनुभवांच्या रूपात. आपण विचारू शकता, "जागृत अवस्थेत गुरूंनी किंवा ईश्र्वराने, हे सर्व का करू नये? गुरुनेच स्वप्नातच फक्त का काम करावे? आणि ईश्वराची कृपा फक्त स्वप्नातच का होते?" कारण की, त्यांच्या कार्याला आपण विरोध करता जागृत अवस्थेत, जेथे अहंकार ठामपणे उभा असतो. तुम्ही ईश्वराच्या कामकाजाचा आणि गुरुच्या आशीर्वादाचा प्रतिकार करता, आपल्या स्वत:च्या अहंकारयुक्त कृतीने. पण स्वप्नामध्ये अहंकार काही प्रमाणात कमी होतो. तुम्ही अधिक सामान्य बनता. स्वप्नात, कृत्रिमतेऐवजी, आपण स्वत:च्या वास्तविकतेच्या जवळ जाता, असे म्हणता येईल. अशामुळे या शक्तींना जागृत अवस्थेपेक्षा स्वप्नात काम करणे सोपे जाते. जागृत अवस्थेतील अहंकाराच्या विरोधी इच्छाशक्तीपेक्षा, स्वप्नातील अहंकाराची विरोधी इच्छाशक्ती मोठ्या प्रमाणात कमी होते, आणि म्हणून दैवी शक्तींना कार्य करण्याची अधिक संधी, स्वप्नातल्या अवस्थेत असते. डॉक्टर रुग्णाला झोपवून ठेवतो, बरे करण्याची प्रक्रिया सुरू होण्यापूर्वी; कारण अहंकार जागृत जीवनात हस्तक्षेपाला विरोध करतो, स्वप्नात आणि झोपेत असा विरोध नसतो. संमोहनामध्ये, रुग्णाला झोपवून ठेवले जाते. मज्जातंतू शांत/ सुस्त असणे आवश्यक आहे, मनाचे आंदोलन खाली आणले पाहिजे, अहंकाराने उपचार करणाऱ्या शक्तीला विरोध करू नये. गुरूंकडून किंवा ईश्वराकडून येणाऱ्या त्या उच्च शक्तींच्या कार्यासाठी अशाप्रकारे स्वप्न उपयुक्त आहे. म्हणून स्वप्नासाठी मोठी कारणे असू शकतात. जी काही कारणे असू शकतात, पण जागृत अवस्थेचा परिणाम म्हणून, वैयक्तिक स्वप्ने पडतात असे मानले जाते. जागृत अवस्थेतील समजाच्या प्रभावाच्या ठशांचा परिणाम म्हणून स्वप्ने पडतात असा वारंवार न्याय केला जातो. स्वप्न जग सूक्ष्म असल्याने, केवळ मनाने प्रक्षेपित केलेले असते, म्हणून स्वप्न अवस्थेला प्राविविक्त, सूक्ष्म, अ-भौतिक असे मानले जाते. तैजस आणि हिरण्यगर्भाच्या बाबतीतही असेच मानले जाते. हिरण्यगर्भाला लौकिक ज्ञान आहे, पण जिवाला असे काही ज्ञान नाही, ज्याचे कारण आधीच स्पष्ट केले आहे. हिरण्यगर्भ ईश्वराचे रूप आहे, आणि तैजस हे जीवाचे रूप आहे. स्वप्न आपल्यासमोर ज्यावर उभे/आधारित आहे ते दुहेरी रहस्य अशा प्रकारे आहे.

विभाग ४ : जाणीव व झोप

जीवाच्या दृष्टीने जागृत अवस्था व स्वप्न अवस्था ही मनाच्या कार्याची क्षेत्रे आहेत. मन स्वत:ला आकलनात/समजात/बोधात प्रक्षेपित करते, या दोन्ही अवस्थांमध्ये. मन सतत कार्यरत असते, आणि त्यामुळे ते दमते. जेव्हा ते खूप दमते, थकते तेव्हा ते त्याचे कार्य करायचे थांबवते. जेव्हा मनाचे कार्य दमल्यामुळे, थकल्यामुळे पूर्णपणे थांबते, तेव्हा मन झोपी जाते, ज्याला सुषुप्ती किंवा खोल (स्वप्नविरहित) झोप म्हणतात. या स्थितीत 'न कंचना, कामं काम्यते' - जीव कशाचीही इच्छा करत नाही, कारण मनाने स्वत:ला भौतिक व सूक्ष्म पदार्थ/वस्तू यांपासून अलग/बाजूला केलेले असते.

'न कंचना, स्वप्नं पश्यती' : जीवाला स्वप्नेही पडत नाहीत, कारण मानसिक क्रियाही बंद झालेल्या असतात.

तत सुशुप्तं : या स्थितीत मनाचा पूर्ण लय त्याच्या उगमात झालेला असतो. पण हा लय बेशुध्दीच्या स्वरूपात असतो. स्वप्न अवस्थेत मन थोडे शुध्दीत, तर जागृत अवस्थेत मन अधिक शुध्दीत असते, आणि तेच मन सुषुप्ती/खोल झोपेच्या अवस्थेत बेशुध्द असते. यामुळे जेव्हा मनाचा संबंध वस्तूंशी येतो, तेव्हाच चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता असते, असे मानणाऱ्या चुकीच्या तत्वज्ञानाच्या शाखेचा उदय झाला. 'न्याय' व 'वैशेषिक' तत्वज्ञानात हा दृष्टीकोन आहे. आत्म्याचा वस्तूंशी संबंध आला नाही, तर आत्म्याला ज्ञान होत नाही. जेव्हा आत्म्याचा वस्तूंशी संबंध नसतो, तेव्हा आत्म्याचे स्वरूप हे ज्ञानाचे नसते, असे वरील दोन्ही तत्वज्ञानांचे म्हणणे आहे. पण तो दृष्टीकोन चुकीचा आहे, कारण या दृष्टीकोनाने, झोपेच्या अवस्थेत ही बेशुध्दी का येते, हे त्यांना स्पष्ट करून सांगता आले नाही. त्याचे खरे कारण हे आहे की, चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकतेचा वस्तूंशी संबंध नसतो; याखेरीज झोपेच्या अवस्थेत चेतनेला ज्ञानाचे प्रकटीकरण करण्याच्या मध्ये काहीतरी अडथळा येतो.

आत्म्याचा तिसरा टप्पा/पाय, आत्म्याच्या तिसऱ्या टप्प्यातील विश्लेषण, खोल झोपेचे आहे, जिथे सर्व समजांचे आणि बोधजन्य ज्ञानाचे/अनुभूतीचे मनाच्या एका स्थितीमध्ये रुपांतर होते - एकीभुतः - ते सर्व चेतनेचे एक वस्तुमान होते, जे बाहेर प्रक्षेपित करता येत नाही - प्रज्ञान-घन. मनात कोणतेही बदल होत नाहीत, आणि म्हणून बाह्य चेतना नसते. झोपेत, मनावर उठणार्या तरंगांच्या, किंवा मनोविकारांच्या अनुपस्थितीमुळे, आम्हाला बाहेरील जगाची जाणीव नसते. फक्त जेव्हा मन, स्वप्न अवस्थेत असो की जागृत अवस्थेत असो, बहिर्मुखी बनते, त्याला बाह्य जगाची जाणीव असते. परंतु, झोपेमध्ये मनाचे, त्या स्वभावाचे/ प्रकारचे कोणतेही आंदोलन नसते. जणू काही ते सर्व धारणांचा एकसंध वस्तुमान आहे, जेथे सर्व संस्कार, वासना, एकत्र मिसळून एकाच प्रकारे/परिस्थितीत एकत्र येतात, बऱ्याच संज्ञानात्मक मनोवृत्ती असण्याऐवजी.

'माण्डूक्य उपनिषद्' – स्वामी कृष्णानंद

आनंदमयो आनंदभुक चेतोमुखाः प्रज्ञा: - हे सर्व आहे आनंद. इंद्रियांच्या वस्तूंशी आलेल्या संपर्कामुळे जन्मलेला आनंद तसेच इतर सर्व आनंदांपेक्षा, खोल झोपेचा आनंद जास्त असतो. आनंदाचे प्रकार - हे आहे आनंद, परमानंद, सुख, समाधान. अगदी राजासुध्दा आठवडाभर झोप न घेतल्यास आनंदी राहू शकत नाही. सर्व जग तुम्हाला दिले जाऊ शकते, परंतु जर आपणाला झोपण्याची परवानगी दिली नाही तर तुम्ही म्हणाल, "मला झोपू दे. कोणतेही जग मला नको आहे. तू तुझे राज्य/साम्राज्य परत घे. तू मला शांत झोपू दे." एक साम्राज्य आपल्याला तो आनंद देऊ शकत नाही, जी शक्ती/सामर्थ्य जगावर राज्य करायला उपयोगी पडेल ती शक्ती/सामर्थ्य आपल्याला ते समाधान देऊ शकत नाही, तो आनंद, ती शक्ती/सामर्थ्य तुमच्याकडे येते/तुम्हाला मिळते, जेव्हा तुम्ही एकटे असताना खोलवर झोपेत जाता आणि - 'मित्राशिवाय, असुरक्षित, काही पहात नसलेला, नासमज, कोणत्याही गोष्टीच्या स्वामित्वाविना', असे असता तेव्हा. जगातील बऱ्याच गोष्टी आपल्याकडे असल्या तरी, सर्व राज्यासह त्याचा ताफा/लवाजमा असला तरी, आपले समाजातील सामर्थ्य, या सर्वांद्वारे आपल्याकडे जरी समाधान असले तरीपण त्याची तुलना झोपेमुळे मिळणाऱ्या आनंदाशी होऊ शकत नाही, ज्या झोपेत आपणाकडे साम्राज्य नाही, ताफा/लवाजमा नाही, कल्पना करता येईल असे सामर्थ्य नाही, आणि कोणीही आपला चेहरा पाहात नाही.

त्या झोपेच्या अवस्थेमध्ये, जेव्हा तुम्ही जागृत स्थितीत-लोकांमध्ये असता त्यापेक्षा, जेव्हा तुम्ही झोपेत एकटे असता तेव्हा तुम्ही जास्त आनंदी असता. फक्त आपल्या स्थितीची कल्पना करा. आपण एकटे असताना आपण खूप आनंदात आहात, आणि आपण बऱ्याच लोकांमध्ये असताना आपण चिडचिडे आहात, व्याकुळ आहात, काळजीत आहात आणि सर्वकाही गोष्टींबद्दल तक्रार करत आहात. तुम्ही झोपेत कोणतीही तक्रार करीत नाही, आणि तुम्हाला आणखी काहीही नको असते. या स्थितीकडे एकदा बघा. तुम्हाला गाढ झोपेत आणखी काहीही नको असते, तुम्ही काही मागत नाही, तुम्हाला कोणालाही पहायचे नसते किंवा तुम्हाला कुणाशी बोलायचे नसते; तरीही तुम्ही, जर तुम्हाला साम्राज्य मिळाले तर जेवढे आनंदी व्हाल, त्यापेक्षा जास्त आनंदी असता. हा सर्वोच्य आनंद आला कुठून? हे 'आनंदमयत्व' कुठून आले? ह्या विषयाचे स्पष्टीकरण आत्म्याच्या वर्णनाच्या तिसर्या मंत्रात आहे. तुमचे खरे स्वरूप हे एकटेपणाचे आहे, समाजप्रियतेचे नाही. तुमचे खरे स्वरूप हे केवलत्व आहे, विषयांच्या/वस्तूंच्या इंद्रियांशी झालेल्या संयोगाचे नाही. आपले वास्तविक स्वरुप एकवचनी आहे, बहुत्व नाही. आपला वास्तविक स्वभाव, सर्व संवेदनांच्या आणि मानसिक घटनांच्या पलीकडचा आहे, ज्यात वस्तूंशी संपर्क नसतो. म्हणून आपण आनंदमय, आनंदभुक: आनंदांनी परिपूर्ण, आनंदाचा उपभोग घेत आहोत. आपण खोल झोपेमध्ये काय खाल्ले, जे आपल्याला असे देते खूप समाधान? फक्त एकमेव आनंद हेच आपले अन्न आहे, भाकरी, डाळ, खीर, रसगुल्ला, लाडू नाही. आपल्याला झोपेत त्या प्रकारचे काहीही मिळत नाही, आणि तरीही एक उत्तम डिनर किंवा जेवण केल्यानंतरच्या आनंदापेक्षा, आपण झोपेत त्याहून जास्त आनंदी असता. जगातील सर्व प्रकारांचे लंच/जेवण, तुम्हाला झोपेत जे समाधान मिळते, ते तुम्हाला देऊ शकत नाही, कारण झोपेत फक्त आनंदाचे भोजन असते.

झोपेत तुम्ही आनंद खाता, आनंद गिळंकृत करता, आनंदाचे सेवन करता आणि आनंद म्हणूनच अस्तित्वात राहता. आणि, शुध्द अस्तिवाच्या परमानंदाला, आनंद म्हणून ओळखले जाते. आपण खोल झोपेमध्ये ह्याच आनंदाचा उपभोग घेता. आणि जेव्हा आपण झोपेतून उठता, तेव्हा आपण खूप उत्साहाने भरून / ताजेतवाने होऊन बाहेर येता! ती उर्जा तुमच्याकडे कोठून येते? तुमच्याबरोबर बोलण्यासाठी झोपेत कोणीही नव्हते, कोणीही तुमच्याशी बोलले नाही, कोणीही तुम्हाला काहीही दिले नाही, तुमच्याकडे काहीही मालकीचे नव्हते, तुमच्याकडे कोणतीही मालमत्ता नव्हती, आपण शक्तिवर्धक औषध घेतले नाही, तेथे कोणतेही पौष्टिक भोजन नव्हते, आणि तरीही तुम्ही सामर्थ्यवान होऊन, उत्साही/ताजेतवाने होऊन आणि अधिक क्रियाकलाप करण्याच्या तयारीने, झोपेतून बाहेर येता. तुम्हाला ही शक्ती कोठून मिळाली, हे सामर्थ्य, ही ऊर्जा, हा आनंद, परमानंद? अप्रतिम! तुम्ही या प्रश्नाचे उत्तर देऊ शकत नाही. जेव्हा तुमच्याकडे काही नव्हते, जेव्हा तुमच्याकडे काहीही मालकेचे नसते तेव्हा हा आनंद तुमच्याकडे कसा आला? आणि ही शक्ती तुमच्याकडे कशी आली? जो या जगात नाही, अशा दुसर्या स्रोतापासून पूर्णपणे, ती आली, यात काही शंका नाही.

वस्तूंच्या सावल्यांनी भरलेल्या जगाच्या मागे धावणे व्यर्थ आहे. मूर्खपणाने आपण जगातील गोष्टीं कडे/मागे जाता, ज्याने केवळ आपली इंद्रिये दमतात आणि आपल्याला परत झोपायला लावतात, त्या वस्तू आपल्याला काहीही देत नाहीत, आपल्याला खोटी आश्वासने देतात, आपली फसवणूक करतात, ज्यामुळे आपण मूर्ख आहोत असे दिसते. हे जग आहे; आणि तरीही, पुन्हा पुन्हा, आपण झोपेच्या राज्यात जे पाहिले/अनुभवले होते ते विसरून जगाकडे जाता. आम्ही झोपेचा अनुभव विसरतो. आमच्या सर्व जागृत अवस्थेतील परिश्रमांच्या मागे हा आजार आहे. आपणाकडे झोपेत काय होते हे जर लक्षात असेल तर, आपण या विविधतेने भरलेल्या जागृत जगात परत कधीच येणार नाही. जर झोपेत चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता असती, तर या जागृत जगात परत येण्याची इच्छा तुम्हाला होणार नाही. पण तुम्ही बेशुध्द होतात. म्हणून, तुम्ही जागृत अवस्थेतील जगाकडे/मागे पुन्हा एकदा कामाच्या प्रेरणेने/आवेगाने/उर्मीने गेलात. झोपेतील चेतना/चैतन्य/जाणीव/ जागरूकता ही समाधीच्या समान/बरोबर असते. झोपेत जर चैतन्य जागृत असेल तर आत्म्याचा साक्षात्कार होतो.

यालाच सर्वोच्च चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकता म्हणतात. हेच निर्वाण, मोक्ष, केवलता - मुक्ती आहे. हेच तुझे वास्तविक स्वरूप आहे. म्हणूनच झोपेमध्ये तुम्ही आनंदाने भरलेले असता. तुम्ही झोपेत अनंतकाळाच्या व अमर्यादपणाच्या आशीर्वादात जाता, परंतु तुम्हाला त्याची कल्पना/समज नसते.

आनंदमयो आनंदभुक चेतमुखाः - आपण या आनंदाचा उपभोग कोणत्या साधनाने/उपकरणाने घेत आहात? इंद्रिय किंवा मन ते साधन नाही. आपण जागृत आणि स्वप्नांच्या स्थितीत असताना आपल्याला एकोणीस तोंडे होती, पण खोल झोपेत असताना असे एकही तोंड नाहीये. येथे तोंड नाही, मन नाही किंवा इंद्रिये नाहीत, पण एकटे चैतन्य हेच तोंड आहे - चेतवमुखाः। चैतन्य आनंद उपभोगते. आनंदाला कोण उपभोगते? फक्त चैतन्य हेच याचे उत्तर आहे. मन किंवा इंद्रिये नाही, तर फक्त चित/चैतन्यच आनंदाचा अनुभव करते. खोल झोपेत चित/चैतन्य फक्त आनंदाचाच अनुभव करते. याचेच नाव - "सच्चिदानंद" जे सत/अस्तित्व चैतन्यस्वरूप (आनंद उपभोगत) असे असते. पण काहीतरी वेगळीच

गोष्ट तेथे झोपेत घडते. एक वेगळेच कारण, काम करायला लागते, जे जाणीवेवर पडदा टाकते; आणि त्यामुळे आपल्याला जागृत अवस्थेत परत येणे भाग पडते. आणि जो मूर्खपणा आपल्याकडे झोपेत जाताना असतो, तोच मूर्खपणा आपल्याकडे जागृत अवस्थेत परत जातानाही राहतो. याला प्राज्ञ म्हणतात, जाणीव जी तिच्या मूळ राजेशाही स्वभावात असते, जिला सर्वकाही माहीत असते, आणि जी कोणत्याही बाहेरील वस्तूशी संबंधित नसते. ती जागृत व स्वप्न या दोन्ही अवस्थांच्या पलिकडील स्थिती असते, जी या दोन्ही अवस्थांमधील सर्व अनुभवांचे कारण सुध्दा असते, ज्याचे परिणाम या दोन्ही अवस्था असतात. जीवाचे मूळ कारण - आनंदमयत्वाची परिस्थिती म्हणजे ही प्रज्ञा अवस्था असते. तसेच या विश्वाचे मूळ कारण ईश्र्वर हे आहे.

जागृत अवस्थेतील चैतन्य/जाणीवेला जी व्यक्तीत/जीवात असते, विश्व म्हणातात. त्याच चैतन्य/जाणीवेला स्वप्न अवस्थेत असताना तैजस म्हणतात. त्याच चैतन्य/जाणीवेला खोल झोपेच्या अवस्थेत असताना प्राज्ञ म्हणतात. याची संगती वैश्विक स्तरावर लावली असता, जागृत अवस्थेतील चैतन्य/जाणीवेला वैश्विक स्तरावर विराट म्हणातात, स्वप्न अवस्थेतील चैतन्य/जाणीवेला वैश्विक स्तरावर हिरण्यगर्भ म्हणतात, आणि खोल झोपेच्या अवस्थेतील चैतन्य/जाणीवेला वैश्विक स्तरावर ईश्र्वर म्हणतात. आम्ही सर्वसाधारणपणे जागृत अवस्थेतील क्रियाकलापांच्या अनुभवांचे/प्रभावांचे ठसे धरून ठेवतो ज्यामुळे स्वप्ने बनतात आणि जेव्हा हे सर्व ठसेही स्थगित होतात/पुढे ढकलले जातात म्हणजे झोप येते. वजावट अशा प्रकारे सांगता येईल - जागृत अवस्थेचा परिणाम स्वप्न अवस्थेत होतो आणि दोन्ही अवस्थांचा परिणाम झोपेच्या अवस्थेमध्ये होतो. वैश्विक पातळीवर अशी वजावट / परिणाम सांगता येत नाही, कारण वैयक्तिक राज्य/अवस्थांच्यापेक्षा उलट प्रक्रिया विश्वात असल्यासारखे दिसते. ईश्वर हे हिरण्यगर्भाचे कारण आहे, आणि हिरण्यगर्भ हे विराटाचे कारण आहे. व्यक्ती आणि विश्व यांच्या दरम्यानचे संबंध असे दर्शविले जातात; विश्व आणि विराट यांच्या दरम्यान, तैजस आणि हिरण्यगर्भ, प्राज्ञ आणि ईश्वर. हे सर्व संबंध एका सेंद्रिय एकात्मतेचे आहेत, आणि जेव्हा याची जाणीव होईल, हा सेंद्रिय एकात्मतेचा संबंध जीवात उतरेल तेव्हा तो ईश्वरच बनेल आणि एकाच वेळी सर्वव्यापी, सर्वज्ञानी आणि सर्वशक्तिमान होईल.

विभाग ५ : विश्वाचा परमेश्वर

ईश्वर

आत्म्याच्या तिसऱ्या पायाची - प्राज्ञची तुलना, वैश्विक जाणीवेच्या तिसऱ्या पायाशी - ईश्वराशी केली आहे. ईश्वर हा सर्वज्ञ आहे, ज्यामुळे तो सर्व निर्मितीचा उगम आणि शेवटही आहे. ही प्राज्ञ अवस्था ही सर्व आंतरिक व बाहेरील विश्वाची कारण असलेली अवस्था आहे. ब्रह्मांडाच्या दृष्टीने या चैतन्याने सर्व विश्व निर्माण केले आणि पिंडाच्या दृष्टीने याच चैतन्याने सर्व जीव व त्यांचे आंतरिक जग निर्माण केले. हेच चैतन्य हे सर्वांचे कारण आहे, तसेच सर्वांचा राजा सुध्दा - 'सर्वेश्वर' आहे. आता, या 'सर्वेश्वर'ची आणखीही काही विशेषणे आहेत, जी जिवाला लागू होत नाहीत - जसे 'सर्वज्ञ' - सर्व काही ज्ञान असलेला : सर्वज्ञता. जीव हा 'सर्वज्ञ' तसेच सर्वज्ञता असलेला नाही. माण्डूक्य उपनिषद् हे वैयक्तिक व वैश्विक अशा दोघात स्पष्ट/उघड फरक करत नाही आणि या दोघांतील संबंध सुसंवादी आहेत, असे वर्णन करते. जीवाची कारणीभूत अवस्था जी प्राज्ञ, ती विश्वाच्या कारणीभूत अवस्थेचा म्हणजेच 'ईश्वराचा' एक भागच आहे. या उपनिषदामध्ये फक्त एकच सत्य/वास्तव सांगितलेले आहे. आणि आपण, ईश्वर व जीव, यात जो सार्वत्रिक व वैयक्तिक, असा सहसा जो फरक करतो; तसा फरक आपण या उपनिषदाचा अभ्यास/विश्लेषण केल्यावर करणे बंद करतो. तो ईश्वर आहे आणि एकमेव ईश्वर आहे, जो सर्वत्र आहे, आणि जीवाला ईश्वराच्या अस्तित्वापासून, वेगळेपणाने अस्तित्वात रहायला जागाच नाही. म्हणून जेव्हा तुम्ही ईश्वराच्या स्वभावाचे/गुणधर्मांचे वर्णन करता, तेव्हा तुम्ही सर्व निर्मितीचे व त्यातील सर्व जीवांसह, सर्व घटकांचे वर्णन केलेले असते. जेव्हा आपण सागराचे वर्णन करतो, तेव्हा त्यातील प्रत्येक थेंबाचे वेगळे वर्णन करावे लागत नाही.

आणि अशा रितीने येथे सागराचे वर्णन केले जात आहे, सर्व कारणांच्या सागराला ईश्वर हे नाव दिलेले आहे, ज्यानंतर हिरण्यगर्भ व तेथून विराटाकडे आपण जातो. एशा सर्वेश्वरा: - हा सर्वांचा सार्वभौम राजा आहे; सर्व गोष्टींचा मालक, सर्वोच्य बलवान. एशा सर्वज्ञता: - हे अस्तित्व सर्व काही जाणते, त्याच्या समजापासून काही लपून राहात नाही/ठेवता येत नाही, म्हणून तो सर्वव्यापी आणि तो सर्वज्ञही आहे; म्हणून त्याला सर्वशक्तिमान म्हणतात. सर्वांच्यात असलेले ईश्वराचे अस्तित्व त्याच्या सर्वज्ञतेचे स्पष्टीकरण करते. ज्ञान हा जीवाचा गुणधर्म नाही कारण जीव हा आकाशाच्या पोकळीतील एका ठराविक ठिकाणीच आहे. याचे कारण म्हणजे जीवाचे विचार, त्याच्या व्यक्तिमत्वापुरते मर्यादित असल्याने, त्याचे मन त्याच्या शरीराच्या बाहेर नेण्याची क्षमता त्याच्याकडे नसते. जीव म्हणून आपण सर्व एकाच ठिकाणी / जागी उपस्थित असलेले आहोत, तर ईश्वर हा सर्वत्र उपस्थित असलेला असा आहे. ईश्वराचे ज्ञान हे भौतिक वस्तूंची समज/जाणीव/इंद्रियांना आलेला अनुभव, यापुरते मर्यादित नसते, आणि समज व बोध/अनुभूति यांना सर्वज्ञता समजता येत नाही, कारण ज्या वस्तू समजतात, त्या वस्तू समजणाऱ्याच्या ताब्यात/आटोक्यात येतील असे जरूरी नाही. आपल्याला जरी बाह्य वस्तू समजल्या/जाणवल्या तरी त्या आपल्या पूर्णपणे आपल्या कह्यात/ताब्यात आल्या आणि त्यांच्यावर आपण पूर्णपणे सत्ता गाजवू शकू असे नाही. आपण आपल्या डोळ्यांनी सर्व जग पाहतो, पण जगावर आपली काय/किती सत्ता चालते? आपली समज, ज्ञान आपल्याला ती सत्ता देत नाही, जरी सर्वसाधारणपणे असे समजतात की ज्ञान हीच शक्ती/सत्ता आहे. ज्ञान ही शक्ती/सत्ता आहे, पण इंद्रियांनी झालेले ज्ञान

हे त्या ज्ञानाच्या व्याख्येत येत नाही. ते अगदी वेगळेच ज्ञान आहे, ज्यामुळे त्याच्याबरोबर शक्ती/सत्ता येते. 'सर्वज्ञत्व' हेच 'सर्वशक्तीमत्वा'च्या हुबेहुब/सारखेच होते पण एका विशिष्ठ अटीचे पालन/पूर्तता झाल्यास, नेहमी ही पूर्तता होत नाही. जरी आपल्याकडे शिकणे किंवा माहिती या अर्थाने खूप ज्ञान असले तरी आपली शक्ती/सत्ता या ज्ञानातील सर्व पदार्थांवर/वस्तूंवर असते असे नाही.

जीवाचे ज्ञान हे इंद्रियजन्य, समजाचे, अनुभवाचे असते तर ईश्वराचे ज्ञान हे अंत:ज्ञान/अंत:स्फूर्तीचे असते. जीवाचे ज्ञान हे त्या ज्ञानातील सर्व वस्तूंचे अस्तित्व, म्हणून ओळखता येत नाही. पण ईश्वराचे ज्ञान म्हणजेच त्यातील सर्व वस्तूंचे अस्तित्वच असते. जर 'सत' व 'चित/चैतन्य' ईश्वराच्या अस्तित्वात एकत्र येतात, तर हे दोन्ही जीवात वेगवेगळे होतात. म्हणून जीव सर्वज्ञही नसतो वा सर्वेश्वरही नसतो. याचे कारण असे की, जीवाच्या ज्ञानाच्या बाहेर/पलीकडे जग असते, जरी जीवाला वस्तूंचे ज्ञान/समज/अनुभव झाले तरी, हे ज्ञान/समज/अनुभव जीवाला एका कृत्रिम पध्दतीने वेळ व जागा यांच्या मर्यादेत व संबंधांमुळे होते. ईश्वराचे ज्ञान हे वेळ व जागा यांच्या मर्यादांच्या वर/पलिकडे आणि संबंधरहित असते. जीवाचे ज्ञान हे सापेक्ष असते, तर ईश्वराचे ज्ञान हे परिपूर्ण असते. ईश्वर आहे, आणि त्याचे अस्तित्व हेच/म्हणजेच सर्व ज्ञान व सत्ता आहे; तर ईश्वराच्या या ज्ञानाशी व सत्तेशी जीवाच्या ज्ञानाची व सत्तेची तुलनाच होऊ शकत नाही. जीवाचे अस्तित्व त्याच्या ज्ञानापेक्षा भिन्न असते व ज्ञान सत्तेपेक्षा भिन्न असते. आणि ईश्वरामध्ये या तिन्ही एकत्रच असतात. म्हणून फक्त ईश्वरच सर्वेश्वरा आणि सर्वज्ञ म्हणण्यास लायक ठरतो. आणि मांडुक्य उपनिषदात आत्म्याचा तिसऱ्या पायाचे/टप्प्याचे वर्णन करताना, आत्म्याला सर्व गोष्टींचे कारण सांगून त्याच्या गुणांचे सर्वेश्वरा व सर्वज्ञ असे वर्णन केले आहे. स्वाभाविकपणे हे ईश्वराचेच वर्णन आहे.

एशा योनि: सर्वस्य प्रभावप्यययु: - तो सर्व गोष्टींचे बीज/गर्भ आहे. सर्व गोष्टी त्याच्यापासूनच निर्माण होतात, जसे बिजापासून झाड निर्माण होते. झाड हे अवकाशात मोठा भाग व्यापते, पण त्याच्यातील सर्व गुण हे त्याच्या बीजात लपलेले/संभाव्य असतात. त्या झाडाची भविष्यकाळातील रचना, रूप, आकार, स्वरूप हे त्या बीजाच्या सामग्रीत ठरविलेले असते. ते बीज जेव्हा अंकुरते, तेव्हा कोणतीही नवी गोष्ट वर/बाहेर येत नाही.

जे काही बीजात होते तेच, वनस्पती किंवा झाड या स्वरूपात, बीजाचा परिणाम म्हणून बाहेर येते. विश्व हे स्व-निर्धारित या अर्थाने आहे, म्हणजेच ते ईश्वराच्या अस्तित्त्वात, कार्यकारणभावाच्या स्थितीत, पूर्णपणे उपस्थित आहे, सामावलेले आहे, ईश्वराच्या सामग्रीत आहे. म्हणून, लौकिक अर्थाने, आम्ही असे म्हणू शकतो की सर्व काही कायमचे निश्चित/ठरलेले आहे. कोणत्याही प्रकारच्या प्रयत्ना द्वारा विश्वामध्ये कोणताही बदल घडवून आणता येणार नाही, कारण सर्व प्रयत्न म्हणजे जीवाचे क्रिया कलाप, ज्या जिवाचे अस्तित्व आणि कार्य त्या बीजाद्वारे नियंत्रित केली जातात, त्याचे नाव म्हणजेच ईश्वर, त्याच्याकडून हे सर्व येते.

जर सर्वज्ञानामध्ये भविष्याबद्दलचे ज्ञान असेल आणि भविष्य असे ठरविता येणार नसेल तर सर्वज्ञान अशी काही गोष्ट असू शकत नाही. वैयक्तिक प्रयत्नाने आणि तथाकथित बदल करून भविष्यकाळ बदलता येतो, असे आम्ही म्हणू शकत नाही. भविष्यात जो बदल आणण्याचा प्रयत्न आम्ही आणणार आहोत, तो आधीच ईश्वराला माहित आहे. आणि भविष्यातील आमचे सर्व प्रयत्न ईश्वराच्या इच्छांद्वारे निर्धारित केले जातात. जर जीवाच्या दृष्टिकोनातून निवडीचे स्वातंत्र्य असते, तर ईश्वराच्या इच्छेच्या दृष्टीने तो निर्धार आहे. आम्ही समाज बदलत आहोत असे दिसले, तरी आपण ज्या बदलांना सुरवात करीत आहोत ते बदल व ते बदल आम्ही 'का' आणि 'ते कसे' करीत आहोत हे त्या ईश्वराला आधीच माहित आहे. त्यामुळे ईश्वराच्या दृष्टीकोनातून तो वैश्विक निर्धार आहे, पण जिवाच्या क्रियांच्या दृष्टिकोनातून, असे दिसते की अनिश्चित भविष्याला बदलण्याची ती प्रक्रिया आहे. देव, ईश्वर, म्हणूनच सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञानी आहे, सर्व गोष्टींचे बीज आहे, प्रत्येक गोष्टीची तो सुरूवातही आहे आणि शेवटही तोच आहे. प्रभवाप्ययु हि भूतनाम : सर्व काही त्याच्यातून जन्म घेते आणि सर्व काही त्याच्यातच विलीन होते, आणि सर्व काही त्याच्या अस्तित्वातच टिकून राहते. हालचाल करून ईश्वराच्या शरीराच्या बाहेर आम्ही जाऊ शकत नाहीत. आम्ही जरी लाखो मैलांचा प्रवास करून दूर अंतरावरील आकाशात, ताऱ्यांकडे गेलो, तरी आम्ही ईश्वराच्या देहाच्या आतच राहणार आहोत. आम्ही त्याच्या बाहेर जाऊच शकत नाही.

आपल्या विचारांना स्वर्गाच्या साम्राज्यातील उंच ठिकाणी जाऊ द्या किंवा रौरव नरकापर्यंत खाली येऊ द्या, हे सर्व ईश्वराच्या ज्ञानाच्या क्षेत्रात/सीमेत येते आणि ते ईश्वराच्या अस्तित्वामध्ये आहे. आकाशामध्ये उड्डाण करणाऱ्या पतंगाला स्वातंत्र्य कितीही असो, जोपर्यंत तो पृथ्वीवरील खुंटीला दोरीने बांधलेला असतो तोपर्यंत त्याच्या हालचाली मर्यादितच असतात. आपले स्वातंत्र्य आपल्या प्रारब्ध कर्मांच्या कार्याच्या त्रिज्येच्या आत असल्याचे दिसते, आणि त्या मर्यादेपलीकडे आपण जाऊ शकत नाही. आम्हाला स्वातंत्र्य आहे, परंतु ते स्वातंत्र्य मर्यादित आहे, पूर्ण स्वातंत्र्य नाही. हे स्वातंत्र्य आहे जे एक आई तिच्या मुलाला देते. मुलाला स्वातंत्र्य आहे पण मर्यादेत; त्या पलीकडे आई काही सूट देणार नाही. आम्हाला समजून घेण्याची क्षमता आहे, आम्ही तर्कशुध्द विचार करून न्याय देऊ शकतो, परंतु हे सर्व न्याय/निर्णय ईश्वराच्या कायद्याद्वारे ठरविले जातात आणि आम्ही हा कायदा रद्द करू शकत नाही, तर आम्हाला त्या कायद्याचे पालन करावेच लागते; ईश्वर आपल्याला या अर्थाने स्वातंत्र्य देतो. आणि जर आपला अहंकार कधीकधी असे कार्य करत असेल, ज्याने ईश्वराच्या कायद्याचे उल्लंघन होईल, तर तेथे एक प्रतिक्रिया होईल अशी व्यवस्था केलेली आहे, आणि ही प्रतिक्रिया म्हणजेच कर्मसिध्दांत. कर्म जे बांधून ठेवते, ईश्वराचा नियमाच्या उल्लंघनाच्या परिणामाखेरीज दुसरे काहीही नाही आणि त्याच्या इच्छेनुसार वागणे हेच निःस्वार्थ/निष्काम कर्म आहे. हाच कर्मयोग आहे. जेव्हा आपण त्याच्या इच्छेचे पालन करतो, त्याच्या नियमांचे अनुसरण करतो, तेव्हा आपण कर्मयोगाचे आचरण करू. परंतु जेव्हा आम्ही त्याच्या इच्छेचे उल्लंघन करतो आणि अहंकाराच्या आदेशानुसार कार्य करतो, आम्ही एक बंधनकारक कर्म करतो. म्हणून, ईश्वर सर्व काही आहे, सर्व अस्तित्वांचे जगात येणे आणि जगाबाहेर जाणे. ईश्वराचा असा महिमा, भव्यता आणि महानता आहे. जीव आणि सर्व सजीव किंवा निर्जीव गोष्टी या, त्या ईश्वराचे सेंद्रिय अवयव आहेत. सजीव किंवा निर्जीव गोष्टी तसेच सेंद्रिय

किंवा अजैविक हे भेद ईश्वराच्या क्षेत्रामध्ये नाहीत. त्याच्यासाठी, हे सर्व चित/चैतन्य/ चेतना/जाणीव/ जागरूकता आहे, जडत्व किंवा कोणतीही मृतबाब/जडद्रव्य नाही, कारण ते ईश्वराचे अस्तित्व आहे. तो सर्व गोष्टी व्यापतो; म्हणून तो अंतर्यामी आहे. ही आहे विश्वाची कार्यकारण स्थिती, ज्याच्याशी सुसंगत अशा जीवाच्या कार्यकारण स्थितीच्या अनुभवाचे नाव आहे प्राज्ञ. वैयक्तिक कार्यकारण स्थिती प्राज्ञ आहे; वैश्विक कार्यकारण स्थिती ईश्वर आहे. वैयक्तिक सूक्ष्म अवस्था म्हणजे तैजस; वैश्विक सूक्ष्म अवस्था म्हणजे हिरण्यगर्भ आहे. वैयक्तिक स्थूल अवस्था म्हणजे विश्व; वैश्विक स्थूल अवस्था म्हणजे वैश्वानर, किंवा विराट. ईश्वराला अनेकदा/वारंवार संपूर्ण अस्तित्व म्हणून ओळखले जाते, ज्याच्यामध्ये सर्व वैश्विक अवस्था एकच झालेल्या/एकत्रित आहेत.

विभाग ६ : इंद्रियातीत अस्तित्व

आम्ही आत्म्यांच्या तिन्ही पायांच्या/भागांच्या सापेक्षतेचे विश्लेषण केले आहे, वैयक्तिक आणि वैश्विक दोन्ही पैलूंनी. परंतु, वास्तविकता ही वैयक्तिकही नाही किंवा वैश्विकही नाही. तिला वैश्विक आहे असे म्हणणे हे सुध्दा तिला एका विशिष्ट गोष्टीपर्यंत मर्यादित करणे आहे, ज्याला आपण निर्मिती म्हणतो त्या स्तरावर आणणे. सर्वोच्च ब्रह्म, परिपूर्ण, जे एक कारण नाही आणि कुठल्याही कारणाचा परिणाम नाही. त्याचे कोणतेही परिणाम नाहीत, आणि म्हणूनच ते कोणतेही कारण नाही. आपण सर्वोच्च अस्तित्वाला इतर गोष्टींचे कारणही म्हणू शकत नाही, विशेषत: जेव्हा आम्ही विचार करतो की प्रत्येक गोष्ट आहे त्याच्याच सारखी. माण्डूक्य उपनिषदात फक्त प्रकटीकरण झालेल्या चैतन्याच्या स्थूल, सूक्ष्म आणि कार्यकारण स्थितीचे वर्णन नाही, तर चैतन्याचे सुध्दा वर्णन केलेले आहे. स्वत:सिध्द असे सत/वास्तव असे काहीतरी आहे जे संबंधांपासून वेगळे आहे. ईश्वराचे जे वर्णन केलेले आहे, ते विश्वाशी असलेल्या संबंधांच्या माध्यमातूनच केलेले आहे. आपण ईश्वराला सर्वेश्वरा, सर्वज्ञ आणि सर्वशक्तिमान म्हणतो, कारण आपण त्याचा निर्मितीशी संबंध लावतो. देव सर्वव्यापी आहे, सर्वत्र व्यापलेला आहे, याचा अर्थ आम्ही जागेच्या (space) बाबतीत त्याला ओळखतो. त्याला 'सर्व' गोष्टी माहित आहेत, म्हणजे ज्या गोष्टी त्याला माहित आहेत अशा आहेत; आणि त्याचा सर्व गोष्टींवर अधिकार आहे म्हणजेच तो त्याच्या सर्व बाह्य असलेल्या गोष्टींवर (आमच्या दृष्टीने) सत्ता गाजवू शकतो. ईश्वराच्या सर्व व्याख्या, अगदी सर्वोत्कृष्ट असलेली व्याख्या सुध्दा, जसे ईश्वर जगाचा निर्माता, जतन/संवर्धन/रक्षण कर्ता आणि विनाश कर्ता आहे; तसेच ईश्वर सर्वव्यापी, सर्वज्ञानी आणि सर्वशक्तिमान आहे, ह्या दोन्ही व्याख्या जगाशी संबंधित आहेत. ही सर्व ईश्वराची अपघाती परिभाषेतील तटस्थ लक्षणे आहेत, स्वरुपाचे वर्णन करणारी लक्षणे नव्हेत, जी वास्तविकतेचे आवश्यक स्वरूप वर्णन करतील. निर्मितीपूर्वी देव काय होता? त्याच्या स्वरुपाचे वर्णन करणारी लक्षणे किंवा आवश्यक वैशिष्ट्ये कशी असतील. ईश्वर, त्याच्या स्वत:च्या सारात, - निर्माता, जतन/संवर्धन/संरक्षण कर्ता आणि विनाश कर्ता तसेच सर्वव्यापी, सर्वज्ञानी आणि सर्वशक्तिमान - यापेक्षाही अधिक काहीतरी आहे.

ते आवश्यक सार काय आहे, जे त्याच्यात स्वतःहून आहे, आणि जे स्वतःच्या मोठेपणातच राहते, स्वत:च्या महानतेत? तो प्रकाश काय आहे, ज्याला इतर कोणीही निर्माण/आयोजित करू शकत नाही, प्रकाश जो प्रकाशतो, पण कशावरही चमकत नाही? ते शुध्द चित/चेतना/चैतन्य/जाणीव/जागरूकतेची अवस्था आहे, जी कार्यकारणभाव नाही किंवा सूक्ष्मही नाही आणि स्थूलही नाही. ते बाहेर किंवा आत नाही. त्याला बाह्यही नाही आणि अंतर्गत ही नाही. त्या भव्य वास्तवाचे वर्णन माण्डूक्य उपनिषदाच्या सातव्या मंत्रात केले आहे. या परिपूर्णतेस तुर्या किंवा चैतन्याची चौथी अवस्था म्हणून ओळखले जाते, सर्व संबंधात्मक अभिव्यक्तींच्या पलीकडील - कार्यकारण, सूक्ष्म आणि स्थूल अवस्था. जागृत अवस्थेतील जाणीव बाह्य आहे आणि स्वप्नातील जाणीव ही अंतर्गत आहे. पण परिपूर्णता/तुर्या/चैतन्याची चौथी अवस्था ही बाह्य किंवा अंतर्गत नसते, कारण ती जागृत किंवा स्वप्न अवस्था नाही. ही तुर्या दोन्हीही नाही, अंतर्गत जाणीव नाही किंवा बाह्य जाणीवही नाही. न अंत:प्रज्ञ, न बहि:प्रज्ञ - स्वप्न अवस्थे सारखी अंतर्गत जाणीव नाही, किंवा जागृत अवस्थे सारखी बाह्य जाणीव नाही. एखाद्याला असे वाटते की ती तुर्या आहे, एकाच वेळी दोन्ही अवस्थांतील जाणीव. पण नाही, एकाच वेळी दोन्ही अवस्थांतील

असलेल्या जाणिवेपेक्षा काहीतरी वेगळी अशी ही तुर्या आहे. ही तुर्या बाह्य नाही, अंतर्गत ही नाही, दोन्हीच्या एकसारखेपणा सारखीही नाही, ही तुर्या जाणीवेचे एक वस्तुमान देखील नाही, जसे सागरात पाण्याचा एकसंध ढीग असतो, तसे. ही तुर्या तिच्या सारात परिमाणात्मक नाही. परिमाण/राशी स्थानिक, गणितीय आहे आणि तुर्या अशी नाही. म्हणून, तिला जाणीवेचे एक वस्तुमान असे म्हणू शकत नाही. तसेच जेव्हा आपण विचार करतो वस्तुमानाचा, आपण विचार करतो वेगळे न ओळखता येणाऱ्या घटकांचा/अविभाज्य अशा ढीगाचा, शरीराचा. पण तुर्या तशीही नाही.

ही तुर्या अवस्था कोणत्याही जागरूकतेशिवाय असलेली वैशिष्ट्यपूर्ण चेतना/जाणीव नाही. आपण विचार करू शकतो की, ही समोर असलेल्या वस्तूच्या जागरूकते शिवाय आहे. पण ते तसेही नाही, कारण वस्तू त्या चैतन्यात समाविष्ट आहे. वस्तूंचा अभाव असलेले असे हे चैतन्य नाही, तर ज्यामध्ये वस्तू शोषल्या गेल्या आहेत असे हे चैतन्य आहे. तर, ती आकाशीय चेतनेची वैशिष्ट्य-विरहित पारदर्शकता म्हणूनही मानली जाऊ शकत नाही. ही तुर्या अवस्था चेतनेची अनुपस्थिति देखील नाही. ही तुर्या अवस्था एक अचल/जड परिपूर्णतेची स्थिती नाही, जिचे वर्णन न्याय आणि वैशेषिक या तत्वज्ञानाच्या शाखा करतात. ही तुर्या अवस्था बेशुध्दीची अवस्था नाही; ती चेतनेची अनुपस्थिति नाही; ती नाही फक्त/निखळ चेतना; ही चेतनेचे एक वस्तुमान नाही; ही बाह्य चेतना नाही; ती अंतर्गत चेतना नाही; ही बाह्य व अंतर्गत दोन्ही मिळून असलेली चेतना नाही. हे काय आहे? तो असा ईश्वर आहे त्याच्या सारात असलेला, त्याच्या वास्तविक परिपूर्ण अस्तित्वामध्ये असलेला.

अद्रिष्टम : ही तुर्या अवस्था अदृश्य आहे. कोणीही ती पाहू शकत नाही. डोळ्यांचा कोणताही प्रयत्न करून पहा, डोळे त्यास बघू शकत नाहीत.

अव्यवहार्यम: कोणत्याही प्रकारचे व्यवहार त्याच्याशी/त्याच्या सोबत होऊ शकत नाहीत. आपण त्याला स्पर्श करू शकत नाही; आपण ते समजू शकत नाही; आपण त्याच्याशी बोलू शकत नाही; आपण ते पाहू शकत नाही; आपण ते ऐकू शकत नाही. याच्या बरोबर कोणत्याही एक प्रकारचा व्यवसाय स्थापित केला जाऊ शकत नाही. याच्याशी आपण कोणताही संबंध ठेवू शकत नाही. तो संबंधित न ठेवता येणारा असा आहे; तो सर्व संबंध मागे टाकणारा/दूर लोटणारा आहे. तो मैत्री पूर्ण किंवा अपायकारक नाही. सर्व अस्तित्वे ज्यात असतात, त्या अस्तित्वाचे हे असे रहस्य आहे

अग्राह्यम: इंद्रियांच्या सामर्थ्याने आकलन करण्यायोग्य असे ते नाही. आपण ते हातांनी पकडू शकत नाही, त्याचा नाकाने वास घेऊ शकत नाही, जिभेने त्याची चव घेऊ शकत नाही, कानांनी त्याला ऐकता येत नाही, डोळ्यांनी त्याला पहाता येत नाही. अशी कोणतीही गोष्ट शक्य नाही.

अलक्षणम: आणि म्हणूनच त्याची कोणतीही व्याख्या करणे शक्य नाही. आपण त्याचे वर्णन करू शकत नाही. त्याची कोणतीही व्याख्या करणे शक्य नाही, कारण परिभाषा म्हणजे गुणांची संघटना/बेरीज म्हणजे काय, तर जे तुम्ही पाहीले, ऐकले, वगैरे?

पण ह्या तुर्या अवस्थेत काहीतरी आहे जे तुम्ही पाहीले नाही आणि ज्याबद्दल तुम्ही ऐकले नाही, तर तुम्ही त्याच्या वैशिष्ट्यांचे गुणवर्णन कसे काय करू शकता? त्यामुळे असे आहे की, सर्व अस्तित्वे ज्यात आहेत, त्या अस्तित्वाची व्याख्या तुम्ही करू शकत नाही. कोणीही त्याच्याबद्दल काहीही बोलू शकत नाही.

अचिंत्यम: मनाने ते अकल्पनीय आहे. आपण या अस्तित्वाबद्दलचा एकसुध्दा विचार मनात आणू शकत नाही. म्हणून आपण नेहमीच्या पध्दतीने यावर ध्यानही करू शकत नाही. आपण याचा विचार करू शकत नाही, कारण विचार करणे म्हणजे वस्तूला बाह्यात आणण्यासाठी, जागेच्या आणि वेळेच्या क्षेत्रात आणणे. ती वस्तुही नाही आणि ती कोणत्याही एका स्थानात आणि वेळेत नसते आणि म्हणूनच त्याचा विचार करता येत नाही.

अव्यपदेश्यम: अवर्णनीय, अकार्यक्षम आहे. तुम्ही आपल्या जिभेने त्याच्या गौरवाचे वर्णन करू शकत नाही. कोणताही शास्त्रग्रंथ त्याचे वर्णन करू शकत नाही; कोणताही संत ते स्पष्ट करून सांगू शकत नाही. सर्व मुनिंचे शहाणपण एकत्र केले तरी सुध्दा त्याच्या महानतेच्यापेक्षा कमीच होईल. हे सर्व ऋषी-मुनींच्या सर्व शहाणपणाच्या पलीकडे असलेले, निर्विकार, अतुलनीय आहे. वास्तवाच्या अस्तित्वाचा स्वभाव खर तर यामुळे आहे की त्याचा उल्लेख इतर कोणाकडेही निर्देश करून करता येणार नाही. हे जग संदर्भांचे एक जाळेच आहे. एक गोष्टीने दुसरीला संदर्भित केले जाते; व्याख्या करण्यासाठी, समजून घेण्यासाठी आणि वागण्याच्या उद्देशाने. व्यवसायातील संपूर्ण जगात इतरांशी संदर्भ असलेले हे क्षेत्र आहे. येथे मात्र असा कोणताही संदर्भ संभवत नाही. ही तुर्या अवस्था म्हणजे शरीर आणि मन दोघांचे क्रियाकलाप थांबून जी शांतता उरते, ती शांतता होय.

एकात्मप्रत्ययसारम: हे आत्म्याच्या वैशिष्ट्यांचे एक अद्भुत गुणवर्णन आहे. आत्म्याची व्याख्या केली जाऊ शकते फक्त आत्मा म्हणून. आपण त्याला कोणत्याही इतर संकल्पनेने किंवा प्रकाराने परिभाषित करू शकत नाही. असे म्हणतात की राम आणि यांच्यात झालेली लढाई अतुलनीय होती. आपण राम आणि रावण यांच्यातील लढाईची इतर कशाशी तुलना करू शकता? आपण असे म्हणू शकता काहीतरी समुद्रासारखे विशाल आहे, आकाशसारखे अंत हीन आहे, सूर्यासारखे तेजस्वी आहे, साखरेसारखे गोड. पण, राम आणि रावण यांच्यातील लढाई कशासारखी होती? ज्याप्रमाणे राम आणि रावण यांच्या दरम्यानच्या लढाईसारखी होती! कवी फक्त एवढेच म्हणू शकला, "अवकाश हे अवकाशासारखे आहे, महासागर हा महासागरासारखा आहे, आणि राम-रावणातील युध्द हे राम-रावणातील युध्दासारखे होते." तर, आत्मा तसाच अतुलनीय आहे. आत्मा आत्म्याप्रमाणेच आहे. आपण म्हणू शकत नाही आत्मा असा आहे किंवा तसा आहे, कारण आत्मा अतुलनीय आहे. आणि कोणतीही तुलना करण्याचा जर प्रयत्न केला जाईल, तर नंतर बाहेर आलेल्या एखाद्या परिणामाचा संदर्भ म्हणूनच तुलना करणे शक्य आहे, पण ही तुलना म्हणजे खरोखरच घडलेल्या घडामोडींची थट्टाच/विडंबनाच ठरेल. म्हणून आत्म्याला, फक्त एकात्मप्रत्यसारम म्हणून नियुक्त/संबोधित केले जाऊ शकते, ज्याचा अर्थ आहे स्व च्या आणि ऐक्याच्या चेतनेचे सार.

आत्म्याचे वर्णन/व्याख्या फक्त तीन मनोरंजक/चित्तवेधक संज्ञांनीच शक्य आहे - एकत्व (एकता), आत्मत्व (स्वत्व) आणि सारत्व (अत्यावश्यकता). हे सर्व गोष्टींचे सार आहे, आणि ते एकच आहे, आणि ते स्वच आहे. हे स्वच आहे आणि म्हणूनच हे फक्त एकच असू शकते. ते स्वच आहे आणि म्हणूनच ते सार आहे. स्व जो स्वतःला जाणतो, इतर कोणत्याही अर्थाने नव्हे पण स्वतःच्या अस्तित्वामुळे. हे अस्तित्व आहे जे स्वतःला जाणून घेते, कोणत्याही बाह्य पुराव्याशिवाय. समज, अनुमान, तोंडी साक्ष, तुलना इत्यादी आत्म्याच्या ज्ञानाच्या बाबतीत लागू होत नाही. आत्म्याचे ज्ञान हे तर्कशास्त्राने होत

नाही, ते अनुमानाने काढता येत नाही, प्रेरणा किंवा वजावट यानेही ते काढता येत नाही. त्याचे ज्ञान होऊ शकत नाही, त्याची तुलना करता येत नाही, शब्दांद्वारे त्याचे वर्णन केले जाऊ शकत नाही. हे आहे स्वत्व, ज्याचा अर्थ असा आहे की त्याला दुसऱ्याने पाहता येत नाही. स्वला स्वनेच पाहता येते. येथे, स्व आणि अस्तित्व म्हणजे एकच आणि तीच गोष्ट आहे. अस्तित्व हे स्व आहे; अस्तित्व आत्मा आहे. स्वचे परिवर्तन कोणत्याही एका वस्तूत होत नाही, आत्म्याला त्याच्या स्वतःच्या सारापासून वेगळे काढता येत नाही. आत्म्याचे ज्ञान अंतर्ज्ञान आहे, जे वास्तविकतेचा एकही संबंध नसलेले आकलन आहे, जे इंद्रियांच्या आणि मनाच्या क्रियांवर अवलंबून नसलेले असे आकलन आहे, जिथे अस्तित्व व ज्ञान एकसारखे होते आणि ज्ञान व ज्ञाता एकच होतात. येथे वस्तूचे ज्ञान हे ज्ञान आणि अंतर्ज्ञाना सारखेच आहे.

जेव्हा वस्तू ज्ञानाच्या बाहेर उभी असते, तेव्हा त्याला इंद्रियांना झालेला बोध/ज्ञान/आकलन/समज म्हणतात. अंतर्ज्ञान आणि इंद्रियांना झालेला बोध/ज्ञान/अनुभूति किंवा माहिती यांच्यामध्ये हा फरक आहे. जेथे वस्तूचा ज्ञानाशी संबंध साक्षीत्वाचा आहे, ते अंतर्ज्ञान आहे. वस्तूला स्वतःची माहिती असणारी वस्तू आहे, की ज्ञानाला स्वतःची माहिती असलेले ज्ञान आहे हे कोणी सांगू शकत नाही. जसे दोन महासागर जसे एकत्र येतात, तसे त्यांच्या स्वभावगुणधर्मातील फरक नाहीसे होतात. कर्ता व त्याच्या ज्ञानाची वस्तू/विषय, एकाच अस्तित्वात एकत्र येतात. हेच आत्मत्व म्हणजे स्वत्व आहे.

'सलिला एको द्रष्टा', असे बृहदारण्यक उपनिषदामध्ये याज्ञवल्क्य मुनी म्हणतात. आत्मा एका समुद्रात आलेल्या पुरासारखा आहे, ज्याला पृष्ठभाग किंवा मर्यादा नाही असा पूर. आत्मा एकमेव द्रष्टा, जाणणारा, पाहणारा, अनुभवणारा आहे, ज्याला दुसरी सारखी बाजू/ उद्देश नाही असा. तो स्वतःला माहित आहे, इतरांची त्याला माहिती नाही, कारण 'इतर' हे त्याच्यासाठी त्याच्या स्वतःचाच एक भाग आहेत. म्हणून, आत्म्याचे ज्ञान आहे संपूर्ण अस्तित्वाचे ज्ञान. ते नाही या आत्म्याचे ज्ञान, त्या आत्म्याचे ज्ञान, हा स्व, तो स्व, ही व्यक्ती, ती व्यक्ती. ते आत्म्याचे ज्ञान आहे, जे फक्त एक असू शकते. आत्मा एकमेव आहे - एकात्मप्रत्ययसारम. एकमेव आत्म्याला परमात्माही म्हणतात; जो असंख्य तथाकथित आत्मे, ज्यांना जिवात्मे म्हणतात, त्यांच्या पासून वेगळा आहे, विभक्त आहे हे दाखविण्यासाठी त्याला परमात्मा म्हणतात. तो परमात्मा आहे, कारण तो सर्वोच्च स्व आहे. 'ब्रह्मेति परमात्मेति भगवानिति शब्दयत', असे श्रीमद् भागवतात म्हणलेले आहे. परिपूर्णापासून, सार्वभौमिक आणि वैयक्तिक अशा दृष्टिकोनातून आत्म्याला म्हणतात ब्रह्म, परमात्मा आणि भगवान.

आत्मा स्वतःमध्ये आहे ब्रह्म, परिपूर्ण; आणि सर्वोच्च निर्माता, संरक्षक, विध्वंसक म्हणून तो परमात्मा आहे; सर्व भाविकांना प्रिय म्हणून तो भगवान आहेत. तो आत्मा सर्व आहे - द्वैत, विशिष्टाद्वैत आणि अद्वैत हे सर्व दृष्टिकोन या आत्म्यात एकत्र येतात, आणि सर्व तत्वज्ञानाच्या शाखांचे निष्कर्ष, सर्व दृष्टीकोन, विविध मिश्रणाने बनलेल्या एकाच सत्यात विलीन होतात. आत्म्यात भांडणे थांबतात, वादविवाद थांबतात, तत्वज्ञान शांत असतात, मौनच शिल्लक राहते. ही शांतता म्हणजेच आत्मा आहे, असे एका महान गुरुंनी सांगितले. जेव्हा एक भक्त आला, आणि त्याने गुरूंना विचारले, 'मला' त्या आत्म्याबद्दल सांगा', तेव्हा गुरु शांत बसले. शिष्याने पुन्हा विचारले असता, 'मला' त्या आत्म्याबद्दल सांगा', तेव्हा गुरु शांत बसले. तिसऱ्यांदा प्रश्न उपस्थित झाला आणि गुरु पुन्हा एकदा शांत राहिले.

जेव्हा चौथ्यांदा शिष्याने तोच प्रश्न विचारला, 'मला' त्या आत्म्याबद्दल सांगा', तेव्हा गुरु म्हणाले, 'मी तुला सांगतच आहे, पण तू ऐकत नाहीस. कारण मौन हाच आत्मा आहे. त्या महान शांततेमध्ये, विश्वातील सर्व गडबड/क्षोभ शांत होतो.

इंद्रियांचा सर्व गोंगाट, विश्वाचा सर्व आवाज या मौनामध्ये समाविष्ट होतो आणि शांततेत शोषला जातो/ आत्मसात होतो. येथील मौन एखाद्याने केलेल्या सर्व आवाजांपेक्षा अधिक चांगले आहे आणि हे मौन एखाद्याने उच्चारलेल्या भाषणापेक्षा, गोष्टी अधिक स्पष्ट करते. हे मौन तत्वज्ञांच्या सर्व तार्किक युक्तिवादापेक्षा, संपूर्ण स्पष्टीकरण आहे. सर्व मौनांचे मौन, वास्तवाचा अर्थ अधिक व्यापक पध्दतीने सांगते, इतर कोणत्याही गोष्टीपेक्षा; कारण जेव्हा आपण वास्तवाला शब्दांत व्यक्त करायला जातो, तेव्हा त्याच्या पातळीपासून खालच्या पातळीपर्यंत खाली येतो, आणि त्या वास्तवाचा बाह्य वस्तू म्हणून विचार करण्यास सुरवात करतो. केन उपनिषद आपल्याला चेतावणीच देते जेव्हा ते सांगते, "आत्मा ज्यांना माहित आहे असे वाटते, त्यांना तो माहित नाही; ज्यांना माहित नाही असे वाटते, त्यांना तो माहित आहे". जर आत्मा माहित आहे असा आपण विचार करीत असल्यास, आपल्याला तो माहीत नाही; आणि जेव्हा आपल्याला आत्मा माहीत असतो, तेव्हा आपण विचार करत नाही,

परंतु तुम्ही फक्त आत्मा आहात. तुम्ही तो आत्मा झाला आहात आणि तुम्ही तो आत्माच आहात; आणि हेच खरे ज्ञान आहे. ज्ञान म्हणजे शाब्दिक अभिव्यक्ती नाही, परंतु अस्तित्व. ज्ञान म्हणजे होणे नाही किंवा ती एक प्रक्रिया नाही. त्याला सत्ता सामान्य म्हणतात, योग वसिष्टाच्या भाषेत; विशिष्ट अस्तित्व म्हणून शरीर, मन आणि व्यक्ती, यांच्या पासून वेगळे असे सर्व गोष्टींचे सामान्य अस्तित्व आहे. अतुलनीय/सर्वांच्या पलीकडील अस्तित्व, ज्यास हे किंवा ते म्हणून म्हटले जाऊ शकत नाही. ते सत (अस्तित्व) नाही किंवा असत (नास्तित्त्व) नाही, संज्ञेच्या सामान्य अर्थाने. ती काही वस्तू अस्तित्वात आहे या अर्थाने तो आत्मा सत नाही. ते असत किंवा अस्तित्व नाही असे ही नाही. आम्ही म्हणतो की काहीतरी आहे, कारण आम्ही ते पाहतो; आपण त्याचा विचार करू शकतो; आम्ही ते ऐकू शकतो; आम्ही आमच्या हातात ते धरू शकतो. आणि वास्तव हा अशा प्रकारचे अस्तित्व नाही, परंतु त्यामुळे, ते अस्तित्वात नाही असेही आपण म्हणू शकत नाही. आत्मा हा सत (अस्तित्व) आणि असत (नास्तित्व) च्या पलीकडे आहे.

'अनादिमत परम ब्रह्म न सत तन ना-असद उच्यते' असे श्रीमद् भगवद् गीतेत म्हटले आहे. हे ब्रह्म, सर्व गोष्टींचे मूळ, असे काळापलीकडील अनंतकाळ आहे. 'ना असद असित ना सद असित' असे ऋग्वेदात वर्णन आहे. सुरुवातीला तिथे काय होते? अस्तित्व नाही, अस्तित्व नाही असेही नाही. व्यक्ती व्याख्या देतात आणि वास्तविकतेची व्याख्या देणारी व्यक्ती तर नंतर एक परिणाम म्हणून जन्मली. अगदी आधीच्या सर्व गोष्टींच्या कारणांच्या पूर्वी काय होते, तसेच ईश्वराच्या अवस्थेच्या पूर्वी काय होते; हे परिभाषित करण्यासाठी कोण आहे? कोण त्या अवस्थेचे वर्णन करू शकतो आणि त्याचे 'एकात्मप्रत्ययसारम' असे म्हणून केवळ वैशिष्ट्यी करण वगळता आपण काय करू शकतो? आपण या आत्म्याला कसे पकडणार? हे 'ते आहे' - अस्ति-इति-इवा-उपलब्ध्नव्यः, द्वारा हे जाणून घ्या असे कथ उपनिषद सांगते. सेंट ऑगस्टीन म्हणाले, 'जे आहे ते' म्हणून जाणून घ्या असे सांगितले. सर्व वास्तविकतांचे एक वास्तव काय आहे?

तो आत्मा जे सामान्य अस्तित्व आहे, त्याला सत्ता सामान्य, एकात्मप्रत्ययसारम असेही म्हणतात. हे ब्रह्म आहे. प्रपंचोपशमम - येथील सर्व संसार, हा सगळा निर्मितीतील गोंधळ/गलबला/प्रचंड गोंगाट, समुद्रात विरणाऱ्या लाटांसारख्या, जागृत अवस्थेत जाण्यासाठी स्वप्न जसे मागे घेतले जाते, तसा जाणीवेत कमी होतो/थांबतो. विश्व व त्यातील सर्व परिस्थिती - स्थूल, सूक्ष्म आणि कार्यकारण - येथे थांबतात. या आत्म्यात, विराट किंवा हिरण्यगर्भ किंवा ईश्वर; यांपैकी कोणीच नसते कारण, येथे निर्मितीच नसते. हा आत्मा आहे जिथे जागृत, किंवा स्वप्न किंवा झोप अवस्था नाही. म्हणून, त्याला प्रपंचोपशमम म्हणतात. ही परिस्थिती नाही, आत्मा सर्व परिस्थितींच्या पलीकडे आहे. तो एक घडामोडींची अवस्था नाही. तो काय आहे हे आम्हाला माहित नाही. तो एक गूढ आहे. सर्व चमत्कारांमधील श्रेष्ठ चमत्कार म्हणजे: अद्भुत शिष्यच अद्भुत शिक्षकाकडून ह्या आत्म्याला - जे अद्भुत अस्तित्व आहे, समजून घेऊ शकतो, शिकून घेऊ शकतो.

'आश्चर्यवत पश्यती, वदती, शृनोती', कथ उपनिषद म्हणते. किती तेजस्वी अस्तित्व आहे ते! हा प्रपंच, हे विशाल विश्व, तिथेच संपते/थांबते आणि ते एकटेच, जणू काही सर्व सूर्यांचा तेजस्वी सूर्य, म्हणून चमकत आहे. हे शांतम आहे : शांततामय अशी ती स्थिती आहे. काळजी नाही, चिंता नाही, वेदना नाही, दु:ख नाही, जन्म व मृत्यू नाही, कोणत्याही प्रकारची पीडा तिथे राहू शकत नाही. आवाजाच्या अनुपस्थितिमुळे किंवा गोष्टींशी संपर्क नसल्यामुळे जन्मास येणारी ती शांतता नाही. ही शांतता आहे सकारात्मक शांतता जो त्याचा स्वभाव आहे. आम्ही म्हणतो की आमच्याशी कोणीही बोलत नसताना आम्ही शांत असतो, आम्हाला कोणी त्रास देत नसताना आणि आमच्याकडे सर्व काही असताना आम्ही शांत असतो. ही आत्म्याची शांती नाही, कारण आमची जगातील शांततेची ही संकल्पना पूर्णपणे नकारात्मक आहे आणि जगाशी संबंधित आहे. आत्मा ही कोणताही एक परस्पर संबंध नसलेली शांतता आहे जी काही वेळ गेल्याने संपुष्टात येत नाही. पृथ्वी वरील आमच्या शांततेला एक सुरुवात आणि शेवट आहे. आज आम्ही शांत आहोत, उद्या आम्ही शांत असणार नाही. सदा सर्वदा असलेली शांती आम्हाला परवडत नाही. पण आत्म्याची शांती शाश्वत आहे आणि सर्वात धन्य/सुखी/पवित्र अशी ती अवस्था आहे. तो शिवम् आहे: ही एकमेव गोष्ट आहे जिला शुभ/मंगल म्हणू शकतो, ज्याला धन्य/सुखी/पवित्र संज्ञेने दर्शविले जाते, 'ओम' आणि 'अथ'. प्रणव हे त्याचे पदनाम आहे, स्वत:च्या व्यापकतेतील/सर्वसमावेशकतेतील.

अद्वैतम्: अद्वैत म्हणजे ती अवस्था, जिला आपण एक म्हणू शकत नाही. ते 'दोन नाही' आहे - ते आहे सर्व; कारण ते एकच आहे असे म्हणायचे असेल तर ते एक या संख्येने दाखविता येत नाही, कारण तेथे काहीही नाही त्या व्यतिरिक्त. आम्ही फक्त असे म्हणू शकतो की, 'ते दोन नाही' - अद्वैत. माण्डूक्य उपनिषद, तो आत्मा एक असल्याचे सांगितल्यानंतर, आता सांगते की तो अद्वैत आहे, आपण याला एक म्हणू नये, कारण 'एका'चे 'दोन', 'तीन', 'चार' शी संबंध आहेत. आत्म्याचा तर कुणाशीच संबंध नाही; म्हणून आपण त्याचे एक म्हणून वर्णन करू नये. ते 'हे-नाही, हे नाही' - 'नेती, नेती' असे आहे. ते असे नाही, आणि ते तसेही नाही; आम्ही विचार करू शकतो किंवा समजू शकतो असे ते काहीही नाही.

चतुर्थम मन्यते, स आत्मा: ही चैतन्याची चौथी अवस्था आहे, ज्याला आत्मा म्हणतात. त्याला म्हणतात

चौथी, संख्यात्मक नव्हे तर जागृती, स्वप्न आणि झोप या चैतन्याच्या तिन्ही अवस्थांशी संबंधित असलेली अवस्था. जेव्हा आपण या चौथ्या अवस्थेत जाता तेव्हा, आपण 'चौथ्या' स्थितीत असल्याचे आपल्याला वाटत/समजत नाही. खर तर त्या वेळी तुम्ही एकमेव संभाव्य अवस्थेत असता. ती आहे तिघांच्या मर्यादां पलीकडे, एका सांख्यिक चौथ्या अवस्थेत नाही तर एका असंख्य, आकृतीहीन, प्रमाणहीन, अफाट अशा अस्तित्वाची अवस्था. हा आत्मा आहे. हा आपला अत्यावश्यक स्वभाव आहे आणि सर्व गोष्टींचा आवश्यक स्वभाव आहे. आम्ही आत्मा आहोत, जो जागृत, किंवा स्वप्न किंवा झोप अशा कोणत्याही; बाह्य किंवा आतील अवस्थेमध्ये, स्वतःला मर्यादित करीत नाही. आत्मा हे सर्वांचे एकमेव अस्तित्व आहे, सर्व अस्तित्वांचे अस्तित्व, सर्व 'सत' चे 'सत', सर्व 'चित' चे 'चित', सर्व आनंदांचा आनंद : - परम 'अस्तित्व-चैतन्य-आनंद'.

स विज्ञेय : हे माहित असणे आवश्यक आहे. हा जीवनाचा उद्देश आहे. आम्ही या उद्देशाने येथे राहतो, आणि आमच्याकडे जीवनात इतर कोणतेही ध्येय नाही. आमचे सर्व क्रियाकलाप, आमचे सर्व व्यवसाय, आमची सर्व कार्ये, ती काहीही असोत; ती सर्व, जागरूक अवस्थेत किंवा बेशुध्द अवस्थेत, त्या आत्म्याच्या साक्षात्कारासाठी केलेले प्रयत्न असतात, आणि तो साक्षात्कार होईपर्यंत, जोपर्यंत आम्ही आत्म्यापर्यंत पोहोचत नाही, आम्ही आनंदी राहू शकत नाही, आम्ही समाधानी राहू शकत नाही आणि आम्ही जन्म-मृत्यू च्या चक्राचा अंत करू शकत नाही. आम्ही कायमस्वरूपी दोघेही (आत्मा व जीव) आहोत आणि आम्ही कायम मरत असतो, आमच्या आत्म्याबरोबर असण्याच्या परिपूर्तिसाठी, स्वतःला प्रशिक्षित करण्यासाठी. जन्म आणि मृत्यू ह्या अनुभवाच्या क्षेत्रातील प्रशिक्षणाच्या प्रक्रिया आहेत.

वस्तूंशी संपर्क करून, त्यांच्यातील आत्म्याच्या दर्शनाच्या दृष्टिकोनातून, आम्ही जगातील गोष्टींवर प्रयोग करतो. आम्ही गोष्टींवर प्रेम करतो कारण आम्ही आशा करतो की त्यांच्यात तो आत्मा आहे जो आम्हाला दिसेल, पण आम्हाला तिथे तो दिसत नाही कारण तो फक्त एकाच ठिकाणी नाही. आपल्याला गोष्टी, व्यक्ती, वस्तू का/कशासाठी आवडतात/त्यांच्यावर प्रेम का आहे? कारण आम्हाला आशा आहे की आत्मा तिथे आहे आणि आम्हाला तो मिळेल.

आम्हाला तो तिथे सापडत नाही आणि म्हणून आम्ही दुसऱ्या वस्तूकडे जातो - कदाचित तो तिथे असेल - जशा गोपी श्रीकृष्णाला वेगवेगळ्या जागी शोधत होत्या. कृष्णा! तू इथे आहेस का? तू तिथे आहेस का? आपल्याला माहीत आहे तो कोठे आहे?; तो सर्वत्र आहे. गोपींनी प्रश्न केला झाडांना, झुडुपांना, मधमाश्यांना आणि अगदी निर्जीव वस्तूंनाही. आपण कृष्णाला पाहीले आहे? कृष्ण या मार्गाने गेला आहे का? कृष्ण कुठे आहे? आपण कृष्णाचा संकेत देऊ शकता? कुठे? वेड्या गोपींनी निर्मितीतील चेतन आणि निर्जीव सर्वांना विचारले, 'तुम्हाला कृष्ण माहित आहे का? आपण त्याला पाहीले आहे? 'अशाच प्रकारे वेड्यासारखे आपण जगाच्या गोष्टींच्या मागे जातो. आत्मा इथे आहे का? आपण आत्म्याला पाहीले आहे का?

इथे, तिथे, यात, त्यात तुम्हाला आत्मा मिळेल काय? तो कोठेही नाही! तो कोणत्याही विशिष्ट गोष्टीमध्ये नाही, आणि म्हणून आम्हाला वस्तूंच्या बाह्य जगात शोधूनही तो मिळत नाही. तर,

जगावरील सर्व प्रेम शेवटी व्यर्थ आहे, आणि निराश होण्यास बांधील आहे, दु:ख हेच त्याचे नशीब आहे; या वस्तूंमधून वास्तवा/आत्म्याकडे जाण्याच्या चुकीच्या दृष्टिकोनामुळे, कारण वस्तूंच्या मूळ अंगभूत दोषांमुळेच, त्यात आत्मा/वास्तविकता मर्यादीत राहणे शक्य नाही.

आणि या प्रयोगात आपण मरतो. आयुष्य खूप छोटे आहे. प्रयोग संपत नाहीत. पुढील जन्मात आपण पुन्हा, गोष्टींतून आत्मा शोधण्याचा प्रयोग करतो, कारण निर्मितीतील वस्तू असीम आहेत. आम्ही असीम प्रयोग करतो आणि आमचा संघर्ष चालूच राहतो. या प्रक्रियेस संसार असे म्हणतात. स्थलांतराने/रुपांतराने आपण घेतलेल्या सर्व जीवनात/जन्मात, आपल्या सर्व मरणामध्येही आपल्याला आत्मा दिसू शकत नाही. जशा गोपी कृष्णाला पाहू शकल्या नाहीत, जोपर्यंत तो कृष्ण स्वतःच्या इच्छेने तयार होऊन त्यांच्यासमोर हजर होईपर्यंत. कोणीही गोपींना माहिती देऊ शकले नाही की कृष्ण कुठे आहे ही. 'मला माहित नाही: मला माहित नाही' : असेच सर्व वस्तू आपल्याला सांगतील. मग आम्ही का विचारत आहोत? आम्ही आत्मा कधीही पाहीलेला नाही. आणि, आत्म्याच्या शोधाची ही रहस्यमय परिस्थिती विचारात घेऊन, उपनिषद शेवटी म्हणाले की, ज्याला आत्म्याने निवडले, त्यालाच त्याचा साक्षात्कार होईल. आपल्याला ते आत्म्यावरच सोडावे लागेल. आपण याचा अर्थ कसा घेता हे माहित नाही. आत्म्याला जाणून घेण्याचे कोणतेही साधन नाही असे दिसते. आत्म्याला जाणून घेण्यासाठी आम्हाला जगातील कोणतीही गोष्ट मदत करू शकणार नाही.

यम एव एश व्रिनुते तेना लभ्य: - तो ज्याची निवड करतो तो एकटाच आत्म्याला मिळवू शकतो. कथ उपनिषदाच्या ऋषींनी हा एक उपाय/उत्तर काढल्याचे दिसते. आम्ही शोधून थकलो आहोत. आणि जेव्हा गोपी दमल्या/थकल्या/कंटाळल्या या अवघड शोधात, तेव्हा त्या कृष्णाला पूर्ण शरण गेल्या आणि त्यांच्या पूर्ण शरणागतीच्या अवस्थेत त्या बेशुध्द पडल्या, तेव्हा कृष्णाने स्वतःला प्रकट केले.

आता वेळ आली आहे. अहंकार गेला आहे; प्रयत्न थांबले आहेत; साधक पुढे काहीही करू शकत नाही; मग तो आत्मा येतो. तुम्ही शोधा, आणि शोधा आणि शोधा आणि आपल्याला त्याची व्यर्थता लक्षात येते. अहंकाराला त्याच्या मर्यादा लक्षात येतात आणि अहंकार राहात नाही. जेव्हा आपण आपल्या मर्यादा ओळखता, तेव्हा आपण सर्व अहंकारी प्रयत्नांपासून परावृत्त होता, आणि अहंकार थांबविणे हेच मनुष्यात ईश्वराचे प्रकटीकरण आहे. अहंकार गेला की ईश्वर येतो. जेव्हा आपला अहंकार कुठेही नसतो, तेव्हा तो आत्मा सर्वत्र एकटाच असतो. तो आपल्या व्यक्तिमत्वाचा ताबा/स्थान घेतो. तुम्ही नाहीसे होता आणि तो आत येतो, पण तुमचा अहंकार नाहीसा होण्यापूर्वी तो येत नाही. जेव्हा गोपींची व्यक्तिमत्वे नाहीशी झाली आणि कृष्णानी त्यांच्या अंतःकरणाचा ताबा घेतला, आणि गोपी तेथे असण्याऐवजी; कृष्ण तिथे होता. जीवाची मुदत संपून तो ईश्वरात विलीन होतो. हा आत्मा, ज्याला ज्ञात करून घ्यायचे आहे, याच ध्येयासाठी आपण या जगात जगतो. हे चितचे/चेतनेचे/चैतन्याचे/जाणीवेचे/जागरूकतेचे चौथे राज्य/अवस्था आहे, आत्मा, परिपूर्ण, ब्रह्म.

विभाग ७ : आत्मा हा प्रणवच आहे

ओंकाराच्या अर्थात आत्माच भरलेला आहे, ज्यापासून माण्डूक्य उपनिषदाची सुरुवात झाली. हा ओम, जो सर्वकाही आहे, सर्वसमावेशक आहे. ॐ नाव जे काही सर्व नियुक्त करते/दाखविते, ते आत्माच आहे. 'ॐ/प्रणव' नियुक्त करणारा/दाखवणारा व आत्मा नियुक्त केलेला/दाखविलेला आहे.

आत्म्याचे तीन सापेक्ष टप्पे आहेत, तसेच ओमचे तीन सापेक्ष टप्पे आहेत. अ, उ, म ही ओमची तीन घटकात्मक मूलतत्वे आहेत. जसे जागृती, स्वप्न आणि झोप या तीन अवस्था आत्म्याच्या प्रकट झालेल्या स्वरुपाचे घटक मानले जातात, तसेच ओमची तीन-अक्षरे ही त्याच्या द्वारे प्रकट झालेल्या स्वरुपाचे घटक मानले जातात. पाद मात्रा, मात्रास्च पाद: आत्म्याचे पाय हे ओम च्या तीन मात्रा किंवा अक्षरे आहेत आणि त्याउलटही सत्य आहे. मात्रा किंवा अक्षरे ही अ, उ, म अनुक्रमे अकार, उकार, मकार आहेत. तर, आत्मा हा या तीन अक्षरांचा अधिपति आहे, जो अविनाशी ओमच आहे.

अधिमात्राम: आत्मा हा अ, उ, म या तीन अक्षरांचा राजा देखील आहे ज्यांची तुलना जागृती, स्वप्न, सुषुप्ती(झोप) या तीन अवस्थांशी केली जाऊ शकते. ह्या सर्वोच्च आत्म्याची ॐ शी तुलना करून ॐ, आत्म्याला दर्शवितो, असे म्हटले आहे. ओमच्या तीन मात्रा/तुकडे/अक्षरे यांची तुलना तीन अवस्थांच्या बरोबरीची/योग्य आहे आणि ह्या तीन अक्षरांची तुलना तीन अवस्थांशी कशी करता येईल हे आपण आता शिकून घेतले पाहिजे. आणि जशी आत्म्याच्या पहिल्या तीन अवस्थांच्या पलीकडे चौथी अवस्थाही आहे, तसेच अ, उ, म या तीन अक्षरांच्या पलीकडेही एक चौथे अतींद्रिय अवस्था/राज्य आहे. चैतन्याच्या जशा चार अवस्था आहेत, तशी, ओंकारच्याही चार अवस्था आहेत, प्रत्येक अवस्था अनुक्रमे, दुसऱ्याच्या संबंधित अवस्थेशी/भागाशी तुलना करण्यायोग्य आहे.

आत्म्याची पहिली अवस्था काय आहे? ती वैश्वानर आहे. वैश्वानर किंवा विश्व हे आत्म्याचे पहिले प्रकटीकरण आहे, ज्याची तुलना तीन अक्षरे असलेल्या प्रणव किंवा ओंकाराच्या पहिल्या प्रकटीकरणाशी करता येते. जागृत स्थान, किंवा वैश्वानराची जागृत स्थिती, हा प्रथम पाद किंवा प्रणव किंवा ओमचा पहिला पाय आहे. जागृत स्थान किंवा आत्म्याची जागृत स्थिती, ज्याला विश्व किंवा वैश्वानर म्हटले जाते, हे ओंकाराचे पहिले अक्षर - अकार हे आहे. 'अ' ची तुलना करता येते, अगदी विचित्र/वेगळ्या मार्गाने, आत्म्याच्या पहिल्या अवस्थेशी. चैतन्याच्या ३ अवस्था, तुलनेच्या दृष्टीने बोलताना, जागृत स्थितीपासून सुरू होतात, ज्यामध्ये इतर २ अवस्थांचे उदा. स्वप्न आणि झोप यांचे, आकलन/अंतर्भाव केले जाऊ शकते, असे म्हणता येईल. जीवाच्या दृष्टीकोनातून, ईश्वराच्या दृष्टीकोनातून नव्हे - जागृत अवस्था ही कारणीभूत आहे, आणि स्वप्न आणि झोप अवस्था, या जागृत अवस्थेचे परिणाम मानले जाऊ शकतात. जर स्वप्न अवस्था ही जागृत अवस्थेतील धारणांच्या प्रभावांचा परिणाम/ठसे असेल तर झोप ही अशी अवस्था आहे की ज्यामध्ये सर्व अपूर्ण ठसे एका गुंडाळले/एकत्र केले जातात, जे नंतर प्रकट होण्यास तयार असतात. या अर्थाने, आम्ही असे म्हणू शकतो की जागृत अवस्था ही इतर अवस्थांची सुरवात आहे.

त्याच प्रमाणे 'अ' ही सर्व अक्षरांची सुरूवात आहे, वर्णमाले मधील सर्व अक्षरे अ ने सुरू होतात; आणि अ मध्ये/आकृतीत इतर सर्व शब्द-रचना आहेत असे म्हणतात, कारण जेव्हा आपण बोलण्यासाठी तोंड उघडतो तेव्हा संवेदना 'अ' च्या उच्चाराकडे असते. आणि म्हणूनच, उपनिषदाने शब्द-रचनेची सुरुवात अ पासून होते असे मानले आहे. शब्द-निर्मितीची ही सुरुवात आहे, ज्याची तुलना चैतन्याच्या अनुभवांच्या सुरुवातीच्या अवस्थेशी, जागृत अवस्थेशी केली आहे. आत्म्याची ही जागृत अवस्थेतील स्थितीची तुलना, म्हणून ॐ च्या पहिल्या अक्षराशी अकाराशी केली आहे.

आणि माण्डूक्य उपनिषद असेही म्हणते की ओमच्या अकारामध्ये आणि आत्म्याच्या जागृत अवस्थेत असलेल्या सारखेपणाचे मनन/चिंतन केल्याने, सर्व इच्छा पूर्ण होतात. अशी एक व्यक्ती, सर्व लोकांमध्ये अग्रगण्य बनते, आणि जवळजवळ सर्व गोष्टींची सुरूवात बनते, या अर्थाने की सर्व काही त्या व्यक्तीकडे येते, अगदी विचार केला नाही तरी सुध्दा. योग्याच्या या मनन/चिंतन करण्याच्या कर्तृत्वाचे वर्णन छांदोग्य उपनिषदात वैश्वानर विद्या या तंत्राच्या वर्णनाच्या संदर्भात केले आहे.

माण्डूक्य उपनिषदात वैश्वानराचे वर्णनात अगदी थोडक्यात असले तरी छांदोग्य उपनिषदात वैश्वानराच्या विधीचे स्पष्टीकरण किंवा तपशील विस्तृतपणे दिले आहेत. आत्म्याच्या या सार्वत्रिक/वैश्विक अवस्थेवर मनन/चिंतन करून/यामुळे योग्यांना अशी शक्ती प्राप्त होते की ज्या शक्तीशी जगातील इतर कोणतीही गोष्ट सामना करू शकत नाही आणि सर्व काही त्याच्याकडे न मागता येते असे म्हणतात. वास्तविक खरे सामर्थ्य म्हणजे जे शब्दांचा वापर न करता गोष्टींना हजर रहा म्हणून बोलाविते आणि हजर करते. आपण एखाद्यास सांगत नाही, 'हे' करा; तो फक्त ते करतो. आणि ती सर्व शक्तींमध्ये, सर्वोच्च शक्तीची उंची आहे. वैश्वानरावरील चिंतनाने ही प्राप्ती होते. ज्याला अकार आणि आत्म्याच्या जागृत अवस्थेच्या दरम्यानच्या, सामंजस्यावर ध्यान ठेवण्याचे हे रहस्य माहित आहे, जो पहिल्या टप्प्यात वैश्वानराच्या अवस्थेतील आत्म्याचे ध्यान करतो, ज्याला ओंकाराच्या अ अक्षराने नियुक्त केले आहे, तो सर्व गोष्टींचा स्वामी होतो, तो परिपूर्ण सिध्द बनतो, आणि तो योगात पारंगत असतो. हे जागृत स्थितीशी संबंधित आहे, जागृत स्थान जे वैश्वानर, प्रथम पाद, अकारच आहे. जेव्हा या मार्गाने ध्यान करण्याचा प्रयत्न केला जातो तेव्हा या प्रकारचा परिणाम होतो.

आता, उपनिषदात पुढे ओंकाराच्या दुसऱ्या अक्षराची म्हणजेच 'उ' ची तुलना, प्रकट झालेल्या आत्म्याच्या दुसऱ्या अवस्थेशी म्हणजेच तैजसाशी करते. उकार हे ओमचे दुसरे अक्षर आहे, ज्याची तुलना आत्म्याच्या दुसऱ्या भागाशी किंवा पायाशी केली जाऊ शकते. उकाराला उत्कर्ष म्हणून ओळखले जाते, ते अकाराच्या नंतर आहे, अशा अर्थाने उन्नत आहे, अकाराच्या नंतर/पुढे येते. अक्षरांच्या मालिकेत 'उ' अकाराच्या उच्चारणानंतर, त्याचा एक परिणाम म्हणून येतो; आणि अकार भाषेचा आरंभ म्हणून गणला जातो, परंतु सर्व स्वर-रचनांमध्ये मध्यभागी उकार आहे. जेव्हा आपण 'उ' उच्चारता तेव्हा तुमच्या घश्याचा मध्यभाग कार्य करण्यास सुरवात करतो. उपनिषद म्हणते की शब्द-निर्मितीच्या प्रक्रियेत ते अकाराच्या वर/पुढे आहे.

त्याच प्रमाणे तैजस किंवा स्वप्न अवस्थेतील चैतन्य देखील, जागृत अनुभवांचे परिणाम म्हणून येते; जागृत होण्याच्या अनुभवावरून पुढे जाऊन आणि झोपेच्या मध्यभागी/दरम्यान ही स्वप्न अवस्था विद्यमान आहे. आत्म्याच्या भागांच्या दृष्टिकोनातून ही अवस्था उभय किंवा दोन्ही अर्थाने त्या दोन बाजूंच्या मध्ये म्हणजेच जागृत अवस्था आणि झोपेची अवस्था यांच्या मध्ये आहे. तसेच ॐ च्या मात्रांच्या/अक्षरांच्या दृष्टिकोनातून, उकार हा अकार आणि मकाराच्या दरम्यान आहे. अशा प्रकारे उकाराची तैजस किंवा स्वप्न अवस्थेतील चैतन्याशी आपण ध्यानात तुलना करू शकतो. या तुलना उपनिषदांनी ध्यानधारणेत एखाद्याला मदत करण्यासाठी बनविल्या आहेत, जेणेकरून त्याला आत्म्याच्या अवस्था ओंकारात आणून ॐ वर ध्यान करता येईल. या सर्व तुलना प्रतीकात्मक आहेत आणि आपण त्या शब्दश: घेऊ नयेत.

सर्व ध्याने तसेच उपनिषदांमधील सर्व विद्या प्रतीकात्मक आहेत; जसे ब्रह्माची तुलना दोरीशी आणि न दिसणाऱ्या सापाशी जगाची तुलना प्रतीकात्मक आहे. जेव्हा तुम्ही म्हणता की ब्रह्म हे दोरी सारखे आहे, तर याचा अर्थ असा नाही की ब्रह्म दोरी सारखे लांब आहे. समानता/सदृश्यता ठराविक हेतूने वापरलेल्या/असलेल्या प्रतीकांपुरती मर्यादित आहे; आणि त्याच प्रमाणे ओंकाराच्या सर्व अक्षरांची, आत्म्याच्या सर्व अवस्थांत सामावून घेतलेल्या सर्व नावे व रूपे यांच्या एकीबद्दल, ध्यान करण्याकरिता आपल्याला ही तुलना प्रतीकात्मक म्हणून घ्यावी लागेल.

उकार जो अकाराच्या वर/उंच/पुढे आहे, आणि अकार आणि मकाराच्या दरम्यान आहे, त्याची स्वप्न अवस्थेशी तुलना करणे योग्य आहे, जी जागृत अवस्थेचा परिणाम म्हणून जागृत अवस्थेपासून वर उंचावली गेली आहे आणि त्या अवस्थेच्या व झोपेच्या अवस्थेच्या दरम्यान अस्तित्वात आहे. जो या पध्दतीने ध्यान करतो, तो त्याच्या ज्ञानाच्या स्थितीत प्रगती करतो, जसे की 'अ' च्या पुढे 'उ' येतो, आणि जागृत अवस्थेपेक्षा स्वप्न अवस्था वर/उंचावलेली आहे, तसेच ध्यान करणाऱ्याचे ज्ञान, सर्व सामान्य माहितीपूर्ण विचारसरणीच्या विचारांच्या आकलनापेक्षा उच्च होते. उकाराच्या व तैजसाच्या ऐक्यात ध्यान करून तो खरा ज्ञानी बनतो.

जसे जागृत अवस्था आणि झोपेची अवस्था, यांच्यावर जसा तैजस अवस्थेचा समतोल प्रभाव आहे, म्हणजे तैजस अवस्थेतील जाणीव, जागृत अवस्थेतील जाणीवेसारखी आहे, आणि तरीही त्या अर्थाने बाह्य रित्या तेवढीच जागरूक नाही; त्याच अर्थाने /त्याच प्रमाणे उकाराचा अकार आणि मकार यांच्यात एक समान परिणाम आहे. जो अशा प्रकारे ध्यान करतो तो समाज आणि सर्व निर्मिती/सृष्टीमध्ये समानता आणणारा एक घटक बनतो. एक सर्वत्र सामंजस्य करणारा घटक बनतो. तेव्हा त्याच्या मनात संघर्ष नसतो आणि या ध्यानात स्थिर झाल्यावर तो समाजात संघर्ष निर्माण करीत नाही. त्याच्या स्वत:मध्ये शांती असते आणि बाहेरही तो शांतीच निर्माण करतो कारण, शांतीचे तेज उत्स्फूर्तपणे त्याच्याकडून बाहेर/सर्वत्र प्रसारित होते. त्याचे अस्तित्वच शांतता प्रिय बनते. त्याला जगात काहीही बोलण्याची गरज वाटत नाही, तर केवळ त्याच्या उपस्थितिने, संघर्ष उद्भवू शकत नाही आणि गोंधळ/गडबड थांबते, छळ आणि भावनात्मक तणाव संपतो; उकाराच्या 'उ' या अक्षरा द्वारे जागृती अवस्था आणि खोल झोपेची अवस्था, यातील बरोबरीचा घटक म्हणून अभ्यास केल्या गेलेल्या

जाणिवेवरील ध्यानाच्या परिणामांचा हा अहवाल आहे. इतकेच नाही; तर हे ध्यान इतके शुध्द आहे, की त्याचा परिणाम ध्यान करणाऱ्यावर आणि त्याच्याशी जोडलेल्या सर्वांवर पडतो, इतका की त्याच्या कुटूंबात ब्रह्म माहित नसलेला कोणीही जन्माला येऊ शकत नाही. या ध्यानाच्या परिणामामुळे त्याच्याकडे त्याच्या कुटुंबात फक्त ब्रह्मविद (ब्रह्म जाणणारे) असतील. त्याचे रक्त इतके शुध्द होते की त्याच्या शरीरातील पेशी या अति-भौतिक ज्ञानाने इतक्या प्रमाणात भारल्या जातात की एक मूर्ख मूल त्याच्या पोटी जन्म घेऊच शकत नाही.

मूल म्हणजे शेवटी काय? तो तूच आहेस, स्वत:, पुनर्जन्म घेऊन आलेला. आपण स्वत:च वेगळे रूप घेऊन आपले मूल म्हणून पुनर्जन्म घेता, आणि आपले ज्ञान मुलास कळविले जाते. आणि या ध्यानामुळे, जेव्हा त्याचा परिणाम होईल/प्रभाव दिसेल, तेव्हा आपण ज्ञानाने भरलेले व्हाल; तुम्ही स्वत: ज्ञानच व्हाल. तुमच्या शरीराचा पुनर्जन्म होणार नाही त्याऐवजी त्या ज्ञानाचा पुनर्जन्म होईल. एखाद्या मुलाच्या जन्माच्या वेळी आपण केवळ गुणसूत्रे किंवा रक्तपेशीच त्याला देत नाही तर आपण ज्ञान देखील त्याला देता. आपण अध्यात्मिक ज्ञानाने इतके समृध्द होता, की आपण केवळ भौतिक शरीर म्हणून राहात नाही. भौतिक शरीर हे ज्ञानाचे शरीर म्हणून कंपित होते. अशी या ज्ञानाची शक्ती आहे. कुटुंब हे आपल्या मुलांच्या पिढ्यांशिवाय काहीच नाही, आणि या पिढ्या म्हणजे एकटे ज्ञान असले पाहिजे असे उपनिषद म्हणते. म्हणूनच, तुमची पिढी, तुमचा वंश, एक शरीराच्या मालकीचा नाही, तर ज्ञानाचा वंश असेल - 'अमृतस्य पुत्रा'. अशा या ध्यानाचा महिमा आहे.

मग, मकार आणि खोल झोपेच्या अवस्थेतील चैतन्य यांच्यात तुलना आहे. मकार ही ओमची तिसरी मात्रा आहे, आणि ती प्राज्ञ/कार्यकारण नावाची या आत्म्याची तिसरी अवस्था आहे. हे सर्व गोष्टींचे मोजमाप आहे आणि ते सर्व गोष्टींचे विघटन करणारे आहे. जेव्हा आपण ओमचा जप करतो, तेव्हा अकार आणि उकार मकरात विलीन होतात, जसे जागृत अवस्था व स्वप्न अवस्था यातील सर्व ठसे प्राज्ञ अवस्थेमध्ये विलीन होतात तसे. जसे आपण मकराने जप संपवता, तसेच आपण सर्व झोपेच्या अवस्थेतील अनुभव संपवितो; आणि जसे आपण मकाराचे पठण बंद केल्यानंतर ॐ च्या जपाची पुनरावृत्ती करू शकता, तसेच पुन्हा जागृत अवस्था येते, जी खोल झोपेच्या अवस्थेच्या फांदीच्या/शाखेच्या रुपात पुन्हा सुरू होते, जे जागे होण्याचे कारण आहे.

एका अर्थाने जागे होण्याचे कारण म्हणजे खोल झोप, दुसऱ्या अर्थाने त्याचा परिणाम. खोल झोपेच्या स्थितीत पुरल्या/गाडल्या गेलेल्या अपूर्ण ठशांच्या/छापांच्या आंदोलनामुळे जागृत अवस्था येते. या अर्थाने आपण असे म्हणू शकतो की जागृत अवस्था ही खोल झोपेच्या अवस्थेचा परिणाम आहे. तसेच खोल झोप हे कारण आहे, जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था यातील सर्व अनुभव हे खोल झोपेचे परिणाम आहेत. जसे ईश्वरच सर्व गोष्टींचे कारण आहे, तसे खोल झोपेची अवस्था ही आपल्या जागृत अवस्थेचे आणि स्वप्न अवस्थेचे कारण आहे, कारण एका अर्थाने आपण अपूर्ण वासनांमुळे खोल झोपेच्या अवस्थेतून जागे होतो. जर आपल्या सर्व इच्छा पूर्ण झाल्या तर आपण झोपेतून जागे होणार नाही. आपण का जागे व्हावे? जागे होण्यामागे उद्देश काय आहे? तेथे परिपूर्ति न झालेले, अंमल बजावणी न झालेले काहीतरी आहे आणि म्हणूनच आपण जागे होतो. प्रारब्ध कर्मे आंदोलन करतात, आपल्याला क्रियेसाठी उद्युक्त करतात, त्यामुळे आपण वस्तूंच्या जगात जागृत होतो. अशा प्रकारे,

एका अर्थाने प्राज्ञ (खोल झोप अवस्था) ही, विश्व (जागृत अवस्था) आणि तैजस (स्वप्न अवस्था) यातील अनुभवांचे कारण आहे.

परंतु, दुसऱ्या अर्थाने, 'प्राज्ञ' ला त्याचा परिणाम समजला जाऊ शकतो, कारण प्राज्ञ ही चैतन्याची अवस्था असून जेथे सर्व ठसे/प्रभाव - अपूर्ण, अप्रसिध्द, अव्यक्त असे सुप्तावस्थेत पडून असतात, आणि हे ठसे/प्रभाव जागृत अवस्थेतील अनुभूति आणि अनुभवाच्या परिणामांखेरीज काहीच नसतात. त्या अर्थाने, खोल झोपेची अवस्था ही जागृत अवस्थेचा परिणाम आहे. ओम मधील मकार हा त्या स्वभावाचा आहे. आपण म्हणू शकतो की ओमचा मंत्रोच्चार मकरापासून सुरू होतो किंवा मकराशी बंद होतो. ज्याप्रमाणे आपल्याकडे ॐ च्या मंत्रोच्चाराच्या माळा किंवा मालिका असू शकतात, तशी आपल्याकडे जागृत अवस्था व झोपेची अवस्था यांच्या मालिका देखील आहेत, जागेतून झोपेत आणि जागेतून झोपेत. झोपेची अवस्था सर्व गोष्टींचे मोजमाप या अर्थाने करते की जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्था, या दोन्हीतील अनुभव हे संचित-कर्मांच्या ठशां/प्रभावां द्वारे निश्चित केले जातात आणि झोपेच्या अवस्थेत प्रकट/ एकत्र होतात.

संचित-कर्मे ही अपूर्ण असलेले संस्कार आणि वासनांचे समूह आहेत, जे खोल झोपेच्या अवस्थेत आहेत, प्राज्ञ अवस्थेत आहेत आणि जे जागृत अवस्था आणि स्वप्न अवस्थेतील अनुभवांच्या रुपात अंकुरतात/फुटतात. या अर्थाने आम्ही खोल झोपेच्या स्थितीत असलेल्या, प्रवृत्तींच्या दृष्टीने आपले अनुभव मोजतो. स्वप्न अवस्थेतील आणि जागृत अवस्थेतील अनुभवांचे मोजमाप, झोपेच्या स्थितीत आधीच उपस्थित असलेल्या, पूर्तता न झालेल्या वासना आणि संस्कारांद्वारा केले जाते. म्हणूनच, झोपेची स्थिती ही अनुभवाचे मोजमाप आहे. आणि म्हणूनच मकराला जपाच्या प्रक्रियेचा डबा(कंटेनर) मानले जाते. ज्याप्रमाणे डबा(कंटेनर) आतील वस्तूंना आधार देतो, त्याच प्रमाणे अकार आणि उकार हे दोघ मकाराच्या डब्यात/कंटेनर मध्ये आहेत, ज्या मकाराने जप बंद होतो. जसे सर्व अनुभव झोपेच्या अवस्थेत बुडतात, तसेच आमचे सर्व प्रयत्न जेव्हा आम्ही झोपी जातो, तेव्हा थांबतात, तसेच जेव्हा मकार सुरू होतो तेव्हा प्रणवाचे पठण थांबते.

'अ' आणि 'उ', स्वत:ला 'म' मध्ये विलीन करतात. जो अशा प्रकारे ध्यान करतो, त्यास सर्व गोष्टी मोजण्याची क्षमता असते, म्हणजेच त्याला सर्व काही माहीत असते - तो सर्वज्ञ बनतो. तो स्वत: ईश्वर बनतो. तो सर्व गोष्टींचे मोजमाप बनतो; सृष्टीतील प्रत्येक गोष्टीच्या आकलनासाठी तो मोज पट्टी बनतो. सर्व काही त्याच्याकडे निर्णयार्थ सोपविले जाते; तो स्वत:ला इतरांकडे निर्णयार्थ सोपवित नाही. तो संपूर्ण सृष्टीचा निर्णय कर्ता बनतो, विश्वातील सर्व अनुभवांचे केंद्र बनतो. सर्व काही त्याच्यात विलीन होते; श्रीमद् भगवद् गीतेच्या दुसऱ्या अध्यायातील श्लोकात म्हणल्याप्रमाणे, जसे सर्व नद्या समुद्रात प्रवेश करतात, तसे प्रत्येक गोष्ट त्याच्यात प्रवेश करते. ईश्वर हे सर्व सृष्टीचे विलीनीकरण आहे आणि जेव्हा तुम्ही ईश्वर बनता तेव्हा संपूर्ण सृष्टी तुमच्यात विलीन होते. मकार आणि प्राज्ञ यांच्या एकात्मतेवरील या ध्यानातून आपण या अवस्थेचा साक्षात्कार करून घेऊ शकता, जी अनुक्रमे प्रणवाची कारक अवस्था आणि चैतन्याची झोपेतील कारक अवस्था आहे, वैयक्तिक रित्या आणि वैश्विकदृष्ट्या दोन्ही प्रकारे.

आता, जसे जागृत, स्वप्न आणि सुषुप्ती या आत्म्याच्या तीन सापेक्ष परिस्थिती मानल्या जातात, त्याच प्रमाणे अकार, उकार व मकार यांना ॐ च्या किंवा प्रणवाच्या सापेक्ष परिस्थिती मानल्या जातात. पण ज्याप्रमाणे आत्म्याची एक अतींद्रिय चौथी अवस्था आहे ज्याचे याआधी वर्णन केले गेले आहे, तशीच प्रणव किंवा ओंकाराची एक अतींद्रिय स्थिती आहे, जी मात्रा किंवा अक्षरांनी बनलेली नाही, परंतु जी अमात्रा आहे, कोणत्याही मापाशिवाय किंवा अक्षराशिवाय. जसे आपण या व्यक्तीला किंवा त्या व्यक्तीला आत्मा असे मानू/ठरवू/दर्शवू शकत नाही, तसेच आम्ही ओमची अमात्रा स्थिती ही किंवा ती म्हणून निर्दिष्ट करू शकत नाही.

ॐ हे अस्तित्वाचे एक स्पंदन आहे, ध्वनीची स्थिती नाही आणि या कंपनात कोणतीही भौतिक सामग्री नाही. हे भौतिक, सूक्ष्म आणि कार्यकारण स्थिती या सर्वांच्या पलीकडची आहे आणि हे केवळ कंपन नाही जे सृष्टीला गतिमान करते. ज्या कारणास्तव सृष्टीची सुरुवात झाली, त्या कार्यकारण असलेल्या कंपनापेक्षा ॐ चे कंपन सूक्ष्म आहे. या अवस्थेचे नाव घेण्यासाठी उपनिषदाकडे अमात्रा/अमोज हा एकमेव शब्द आहे. कारण जसा आत्मा हा जसा अग्राह्य, अभेद्य, अपरिवर्तनीय, असंबंधित, अवर्णनीय, अकल्पनीय आहे, त्याच प्रकारे ओंकाराची ही अमात्रा स्थिती सर्व प्रकारे अमोज आहे.

हा ओम, त्याच्या चौथ्या किंवा अतींद्रिय अवस्थेत आत्माच आहे. प्रणवाची ती एक आवाजा पलीकडची अवस्था आहे जी अस्तित्वातच आहे. सर्व ध्वनी आणि कंपने अस्तित्वामध्ये विलीन होतात आणि अस्तित्व एकच आहे. आपण त्याला प्रणवाची अमात्रा स्थिती किंवा आत्म्याची अवर्णनीय अस्तित्वाची स्थिती असे म्हणू शकतो. शुध्द अस्तित्व म्हणजे प्रणव आणि आत्म्याचे एकत्रीकरण. प्रणवाच्या चौथ्या स्थितीचा अर्थ असा आहे की आपण वस्तू, शब्द किंवा ध्वनी यांच्याशी जसे व्यवहार करतो, किंवा भाषेच्या वापराशी संबंधित असे कोणतेही व्यवहार प्रणवाच्या चौथ्या स्थितीशी होऊ शकत नाहीत. प्रणवाच्या या ध्वनीहीन अवस्थेत जगातील सर्व ध्वनी थांबतात.

ॐ हे आत्म्याप्रमाणे अत्यंत शुभ, धन्य आणि अद्वैत आहे कारण ते आत्माच आहे. ध्वनीहीन, सर्वांच्या पलीकडचा, असा हा ओंकार स्वतःच आत्मा आहे. ते आत्म्याचे दुसरे नाव आहे. सृष्टी आणि निर्माता येथे एक होतात. आत्म्यामध्ये ओमचे विलीनीकरण हे परिपूर्णतेमधे सृष्टीचे विलीनीकरण आहे. तेथे कोणताही निर्माता नाही, कारण तेथे काहीही निर्माण केलेले नाही. निर्मितीचा पहिला कंप असावा असा कोणताही आवाज नाही. आवाज ध्वनीहीन अवस्थेत पोहोचतो. तो नंतर संबंधहीन होतो, ज्याला हे रहस्य माहित आहे, खोल मनन करून तो आत्मा बनून, आत्म्यामध्ये प्रवेश करतो. आम्ही दारातून आत्म्यामध्ये प्रवेश करू शकत नाही, आम्ही आत्मा बनूनच, आत्म्यामध्ये प्रवेश करतो. आम्ही आत्म्यामध्ये प्रवेश करत नाही; तर आत्माच आत्म्यामध्ये प्रवेश करतो. आपण अस्तित्वात वेगळे नाही. आपले आत्म्यामध्ये बाष्पीभवन होते आणि आपले रूपांतर आत्म्यात होते. प्रणवामध्ये विलीन झाल्यावर ध्वनी तो आत्माच बनतो. आत्मा एकटा/एकमेव आहे. जेव्हा आत्मा आत्म्याच्या माध्यमातून आत्मा बनतो, तेव्हा त्याला आत्मसाक्षात्कार म्हणतात - आत्म्याची प्राप्ती. त्याला ब्रह्म साक्षात्कार देखील म्हणतात. स्वतंत्र व्यक्ती म्हणून, सजीव झालेल्या आत्म्याच्या दृष्टिकोनातून, आम्ही या कृतीला आत्मसाक्षात्कार म्हणतो. संपूर्ण विश्वाची रचना करणाऱ्या याच आत्म्याला माणसाच्या दृष्टिकोनातून, आपण ब्रह्म साक्षात्कार म्हणतो. हे एकाच वेळी आत्म-प्राप्ति आणि ब्रह्म-प्राप्ति आहे.

हे अस्तित्व आहे, ते चैतन्य आहे, ते सामर्थ्य आहे, ते आनंद आहे, ते परिपूर्ण आहे, ते अमरत्व आहे, ते मोक्ष आहे, ते कैवल्य आहे. हे जीवनाचे ध्येय आहे, ज्या मार्गाचे माण्डूक्य उपनिषदामध्ये सुंदर वर्णन केले आहे.

माण्डूक्य हे सर्व उपनिषदांचे सार आहे, याचा अभ्यास आणि याला आत्मसात करणे हेच फक्त मुक्तीसाठी पुरेसे आहे, साधकाच्या मुक्तीसाठी, माण्डूक्य उपनिषद एकटेच पुरेसे आहे, योग्य प्रकारे त्याचे पचन होऊन ते अनुभवात उतरले तर. तुम्ही ते फक्त ऐकू नका, आणि नंतर ते विसरू नका. तुम्ही माण्डूक्य उपनिषदाच्या गौरव पूर्ण अर्थाचे प्रदर्शन ऐकले आहे आणि तुम्ही ते आपल्या मनामध्ये शोषून घेतले पाहिजे आणि तुमच्या व्यावहारिक जीवनाचा त्याला एक भाग बनविला पाहिजे अशी माझी इच्छा आहे. हे ज्ञान जे इतके दुर्मिळ आहे, प्राप्त करणे खूप अवघड आहे, ते झाल्यावर वाया घालवू नका.

या ज्ञानाला वाऱ्यावर किंवा जंगलात टाकू नका. जरी तुम्ही मोठ्याने रडलात/ओरडलात तरी हे ज्ञान मिळविणे तुम्हाला कठीण जाईल. या जगातील दुर्मिळ अशी ही मालमत्ता आहे; आणि जेव्हा आपण ती मिळवाल तेव्हा ती गमावू नका आणि ती आपल्याकडे आहे हे विसरू नका. त्याचे खोल मनन करून आत्मसात करा / शोषून घ्या, या जगातील आपल्या जीवनाचे व्यावहारिक साधन बनवा, जेणेकरून तुमचे जीवन दैवी जीवनात रूपांतरित होईल, जेणेकरून तुम्ही या जगात, खरोखरचे दैवी पुरूष बनाल, आणि ह्या पृथ्वीवर आपल्या फक्त अस्तित्वामुळे सर्वत्र शांती पसरवाल, जेणेकरून आपण भूदेव (पृथ्वी वरील देव), देवता व्हाल. ज्याला हे रहस्य माहित आहे, तो वास्तविक ब्रह्मच आहे. ज्याला हे ज्ञान आहे, तो ह्या ज्ञानातच जगतो; आणि ज्याच्याकडे हे ज्ञान आहे, त्याच्यासाठी कर्म आणि ज्ञान हे बंधु भावाच्या मिठीत एकत्र आले आहे; ज्याला हे रहस्य माहित आहे, त्याच्यासाठी कार्य आणि मनन/चिंतन यामध्ये कोणतेही घर्षण/मतभेद नाहीत, तिथे जीवन एक साक्षात्कारच होते, तिथे कार्य किंवा उपासना हीच देवाची/ईश्वराची जाणीव बनते, तिथे आपले अस्तित्व सर्व पृथ्वीसाठी एक आशीर्वाद बनते, तिथे पृथ्वी वरील त्याचे जीवन एक शिकवण बनते, तिथे त्याचे उदाहरण एक उपदेश/आज्ञा आहे, आणि तिथे तो या जगात ईश्वराचा प्रतिनिधी बनतो.

ही माण्डूक्य उपनिषदाची भव्य शिकवण आहे आणि सर्वशक्तिमान देवाला माझी प्रार्थना आहे की तो तुम्हा सर्वांना या ज्ञानाची आठवण करून देईल, यासाठी की तुम्ही आपल्या रोजच्या जगण्यात, या विस्मय कारक ज्ञानाला विसरू नये, असे तो आशीर्वाद देईल. छांदोग्य उपनिषद म्हणते, त्याप्रमाणे या ज्ञानास संपूर्ण पृथ्वीवर असलेल्या भांडाराच्या, बरोबरचे भांडारही समजू नये. हे ज्ञान सर्व जगाच्या संपत्तीपेक्षा महान आहे, मर्यादित जीवनाच्या कल्पनेच्या गुलामगिरीतून मानवतेचे रक्षण करणारे, मोक्षाचे, अमर अस्तित्वाचे, आपल्या जीवनाचे महान ध्येय असलेले असे हे ज्ञान, म्हणजे तेथे पोचण्याचे थेट साधनच आहे.

08 परम पूज्य श्री स्वामी कृष्णानंदजी महाराज यांचे जीवन

२५ एप्रिल १९२२ रोजी सहा मुलांच्या कुटूंबात मोठा मुलगा म्हणून महाराज जन्मले. त्यांचे नाव सुब्बाराय ठेवले गेले. त्यांचा जन्म अत्यंत धार्मिक व रूढीवादी ब्राह्मण कुटुंबात झाला. सुब्बारायला संस्कृत भाषेची चांगली जाण होती आणि संस्कृतचा प्रभाव त्या लहान मुलावर होता. त्यांचे हायस्कूलचे शिक्षण पुत्तूर (दक्षिण कनारा जि., कर्नाटक राज्य) येथे झाले आणि ते सर्व विषयांत वर्गात प्रथम आले. वर्गात शिकवल्या जाणाऱ्या गोष्टींवर समाधानी न राहता, त्याने अमर-कोश आणि इतर शास्त्रीय ग्रंथांच्या साहाय्याने स्वतःहून संस्कृतचा जोरदार अभ्यास केला. तो लहान असतानाच त्याने संपूर्ण भगवद्गीतेचा अभ्यास केला आणि ती तोंडपाठ केली.

त्याच्याकडे हे करण्याचा एक सोपा मार्ग होता : निर्धारित काम पूर्ण केल्याशिवाय तो आपला नाश्ता किंवा दुपारचे जेवणही घेत नव्हता. अशा प्रकारे, काही महिन्यांतच त्याने संपूर्ण गीता तोंडपाठ केली आणि दररोज त्याचे पूर्ण पठण केले. शास्त्र वचनांचा अभ्यास करण्याची व शिकण्याची त्यांची उत्सुकता अशीच होती. भगवान नारायण पवित्र बद्रिनाथ धाममध्ये राहतात हे श्रीमद्भागवत वाचून, या लहान मुलाने त्यातील शब्दांवर विश्वास ठेवला आणि हिमालयात बद्रिनाथ येथे जाऊन तिथल्या परमेश्वराला भेट देण्याची, त्याच्या मनात गुप्त इच्छा होती.

गीता, उपनिषद आणि इतर संस्कृत ग्रंथांच्या अभ्यासाने, शंकराचार्यांच्या अद्वैत तत्त्वज्ञानाकडे जरी त्यांचे अधिकाधिक आकर्षण होते, तरी त्यांचे कुटुंब द्वैत वादी तत्वज्ञानाचे पालन करणारे, पारंपारिक माधव संप्रदायातील होते. अद्वैतिक अनुभवाची आणि संन्यास घेण्याची, त्याची अंतर्गत उत्कंठा दिवसेंदिवस अधिक वाढत चालली होती. १९४३ मध्ये सुब्बारायांनी बेल्लारी जिल्ह्यातील, होसपेट येथे सरकारी नोकरी घेतली पण तेथे ते फार काळ टिकले नाहीत. त्याच वर्षाच्या अखेरीस ते वाराणसीला गेले आणि तेथे त्यांनी वेद व इतर शास्त्रांचा अभ्यास केला.

पण एकाकीपणाची आस आणि अज्ञात गुरूच्या आवाहनाने त्याला ऋषिकेशकडे खेचले, जेथे सुब्बाराय १९४४ च्या उन्हाळ्यात आला. जेव्हा स्वामी सिवानंद सुब्बाराय यांना भेटले आणि त्यांच्यापुढे नत मस्तक झाले, तेव्हा स्वामी सिवानंद म्हणाले: "मरेपर्यंत येथेच रहा. मी तुला असा तयार करीन की राजे आणि मंत्री तुझ्या पाया पडतील." हे कधी आणि कसे घडू शकते याबद्दल स्वतःच्या मनात विचार करणारा तरुण सुब्बारायच्या, स्वामी सिवानंदांच्या विधानातील, भविष्य वाणी लक्षात आली. स्वामी सिवानंद यांनी या तरुण सुब्बारायांना जानेवारी १९४६ च्या मकर-संक्रांतीच्या पवित्र दिवशी संन्यास देऊन त्यांना स्वामी कृष्णानंद हे नाव दिले.

श्री गुरुदेव यांना आढळले की हा तरुण शिष्य पत्रव्यवहार, सामान्य लेखन कार्ये, पुस्तकांचे संकलन आणि संपादन किंवा इतर कोणत्याही साहित्यिक कामास योग्य / अनुकूल होता. नंतर त्यांना दररोज त्यांच्याकडे आणल्या जाणाऱ्या श्री गुरुदेव यांच्या हस्तलिखितांच्या टाइपींगचे काम देण्यात आले. उदाहरणार्थ, स्वामी कृष्णानंद यांनी श्री गुरुदेवांच्या ब्रह्मसूत्रांच्या हस्तलिखित दोन खंडांचे टाइपींग केले. त्याने स्वतःला मुख्यत: सुरुवातीच्या काळात आपल्या कार्यावर आणि अभ्यासा पुरतेच मर्यादित केले आणि अभ्यागतांशी त्यांचा फारसा संबंध नव्हता, म्हणून बाहेरून आलेल्या अनेकांना तो आश्रमात अस्तित्वात आहे हे कळले नाही. १९४८ मध्ये गुरुदेव यांनी त्यांना तत्वज्ञान आणि धर्मावरील पुस्तके लिहिण्यावर, अधिक गंभीर अभ्यास पूर्ण कार्य करण्यास सांगीतले. हे खात्रीने सांगीतले जाऊ शकते की त्या वर्षापासून श्री गुरुदेव यांच्या सूचनेनुसार, ते लेखन करणे आणि शैक्षणिक वर्ग आयोजित करणे, व्याख्याने आयोजित करणे, इत्यादी विषयात अधिकच मग्न होते. त्यांचे

पहिले पुस्तक, दी रियलायझेशन ऑफ द अॅब्सोल्यूट - The Realisation of the Absolute, त्यांनी २२ वर्षांच्या तरुण वयात अवघ्या १४ दिवसांत लिहिले.

आश्रमात व्यवस्थापन कौशल्य असलेल्या सदस्यांची मदत घेणे आवश्यक झाले, तेव्हा स्वामी कृष्णानंद यांना १९५७ मध्ये स्थापना झालेल्या कार्यकारी समितीशी सहकार्य करण्यास सांगीतले गेले. त्यांना सचिव पदाची जबाबदारी सोपवण्यात आली आणि विशेषत: १९६१ पर्यंत त्यांनी आश्रमातील वित्त विभागाचे काम सुरू ठेवले. स्वामी चिदानंद यांच्या प्रदीर्घ काळासाठीच्या अनुपस्थितिमुळे गुरुदेव यांनी त्यांना Divine Life Society (दैवी जीवन संस्थेचे) सरचिटणीस म्हणून नेमले - अनारोग्यामुळे २००१ मध्ये राजीनामा देई पर्यंत त्यांनी हा पदभार सांभाळला. हे अगदी खात्रीने म्हटले जाऊ शकते की, दिव्य जीवन संस्थेच्या इतिहासात इतक्या दीर्घ कालावधीसाठी महासचिवपदाची जबाबदार व वित्त विभागाची जबाबदारी दुसऱ्या कोणीही घेतली नाही किंवा सांभाळलीही नाही.

स्वामी कृष्णानंदांनी धर्म ग्रंथांवर प्रभुत्व मिळविले होते आणि त्यांनी योगाच्या वेदांत-वन-अकादमीतील सकाळच्या सत्रांमध्ये, दुपारच्या वर्गात आणि नियमित तीन महिन्यांच्या अभ्यासक्रमात वेदांताच्या सर्व प्रमुख ग्रंथांचा अभ्यास केला. यापैकी बऱ्याच चर्चा/भाषणे, अस्सल भाष्ये, योगाच्या विविध विषयांचे तत्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि सराव; त्यावरील आधारित पुस्तक रूपाने बाहेर आल्या आहेत. अशा प्रकारे ते चाळीस हून अधिक ग्रंथांचे लेखक आहेत, प्रत्येक ग्रंथ स्वत:मध्ये एक उत्कृष्ट नमुना आहे. एका मोठ्या संस्थेचा सरचिटणीस म्हणून काम करणाऱ्या, दिवसेंदिवस मोठ्या प्रमाणात वाढणारे काम करत असताना, हा पराक्रम केवळ उच्च स्तराचा / अलौकिक बुध्दीमत्ता असलेलाच साध्य करू शकेल. ते कर्म आणि ज्ञान योगाचे दुर्मिळ मिश्रण होते, ते गीतेच्या उपदेशांचे एक जिवंत उदाहरण आहेत.

८ सप्टेंबर १९५८ रोजी 'सिवानंद साहित्य संशोधन संस्था' स्थापना झाली तेव्हा श्री गुरूदेवांनी त्यांना त्या संस्थेचे अध्यक्ष केले होते. सिवानंद साहित्य प्रसार समितीचे अध्यक्ष म्हणून कृष्णानंद यांची नियुक्ती करण्यात आली. ही समिती मुख्य भारतीय भाषांमध्ये श्री गुरुदेव यांच्या कृतींचे भाषांतर आणण्यासाठी तयार करण्यात आली होती. जेव्हा स्वामी शिवप्रेमानंद यांना अमेरिकेत पाठवण्यात आले तेव्हा स्वामी कृष्णानंद यांना सप्टेंबर १९६१ मध्ये 'द दिव्य जीवन' या संस्थेच्या अधिकृत मासिकाचे संपादक म्हणून नेमले गेले. त्यांनी जवळजवळ दोन दशके हे कार्य क्षमतेने केले.

व्यावहारिकदृष्ट्या भारतीय विचार आणि पाश्चात्य तत्वज्ञानाच्या प्रत्येक व्यवस्थेवर त्यांनी प्रभुत्व मिळविले. "अनेक शंकर एका कृष्णानंदात रूपांतरित झाले आहेत," श्री गुरुदेव यांनी त्यांच्या 'I Marvel at Krishnanandaji' "आई मार्वल अॅट कृष्णानंदजी" या लेखात स्वत: त्यांची अशी स्तुति केली आहे.

स्वामी कृष्णानंद यांनी पुढची चाळीस वर्षे आश्रमात आपली सेवा चालूच ठेवली, कारण तुलनेने लहान समाजातून, जग भरात ओळखल्या जाणाऱ्या आणि प्रतिष्ठित असलेल्या आध्यात्मिक संस्थेत, आश्रमाची वाढ झाली. सरचिटणीस या नात्याने आश्रमातील सर्व प्रशासकीय बाबी अत्यंत कुशलतेने व डौलाने हाताळल्या. हे काम पार पाडत असताना त्यांनी संपूर्ण भारत आणि जगातून आलेल्या भक्तांच्या गरजा भागवल्या. दररोज सकाळी ते आश्रम चालवण्याचा व्यवसाय करीत असत, परंतु त्याच वेळी मदत मागणाऱ्यांना प्रेमळ सल्ला देत आणि त्यांच्या शहाणपणा वर प्रामाणिकपणे विश्वास ठेवणाऱ्या लोकांनी विचारलेल्या आध्यात्मिक प्रश्नांची उत्तरे देत. नंतरच्या वर्षांत प्रकृती बिघडली तरीही, त्यांनी आश्रम आणि आश्रमात येणाऱ्या अनेक पाहुण्यांची सेवा केली.

‘माण्डूक्य उपनिषद्’ – स्वामी कृष्णानंद

प्रदीर्घ आजारानंतर २३ नोव्हेंबर २००१ रोजी स्वामी कृष्णानंद यांनी महा समाधी घेतली. त्याच दिवशी स्वामीजींनी आपल्या वैयक्तिक सहाय्यकाला सांगीतले होते की आदल्या दिवशीच आपण मरणार असे स्वप्न त्यांनी पाहीले होते. स्वामीजींना २३ तारखेला दम्याचा तीव्र हल्ला झाला आणि आश्रमातील डॉक्टर डॉ. बाबूंनी त्यांना बरे करण्याचा प्रयत्न यशस्वी झाला नाही. पुढील दोन दिवस आश्रमातील रहिवासांना आदरांजली वाहण्याची परवानगी देण्यात आली आणि रविवारी, २५ नोव्हेंबर रोजी आश्रमातील ज्येष्ठ स्वामींनी त्यांच्या देहावर अंतिम संस्कार केले. अनेक भाविक आणि स्थानिक लोक त्यांचा शेवटचा आदर दाखविण्यासाठी आले आणि हजारो लोक उपस्थित होते. स्वामीजींचे शरीर फुलांच्या हारांनी सजविलेल्या पालखीमध्ये, बसलेल्या अवस्थेत अंतिम संस्काराच्या ठिकाणी नेण्यात आले होते.

सिवानंद आश्रमातील समाधी स्थळ, विश्वनाथ मंदिर, तसेच भजन हॉल अशा अनेक मुख्य ठिकाणी मृत देह नेण्यात आला. मिरवणुकीत भाविकांनी पवित्र मंत्रोच्चार केला. त्यानंतर मिरवणूक सिवानंद कमान आणि मुख्य मार्गाने सिवानंद घाटापर्यंत गेली. तेथे पूजा केली गेली. गंगे मध्ये विसर्जन करण्यासाठी स्वामीजींचे नश्वर अवशेष नावेत नेले जात असताना, पक्ष्यांच्या एक मोठ्या कळपाने अचानक आकाशात "व्ही" आकार तयार केला. भगवान नारायणाचे वस्ती असलेल्या बद्रिनाथ च्या दिशेने ते गेले, स्वामींना निरोप देण्याची ती त्यांची प्रतीकात्मक कृती होती.

अधिक माहितीसाठी संकेतस्थळ :-

http://www.sivanandaonline.org/public_html/?cmd=displaysection&section_id=1074&parent=1055&format=html

09 माण्डूक्य उपनिषदातील ध्याने

ध्यान १ : वैश्वानर विद्या

ध्यान १ टप्पा १ - ॐ च्या जपाने/उदघोषाने सुरवात करा. आपण बसलेल्या खोलीत असलेल्या सर्व वस्तूंवर नजर फिरवा. त्या सर्व वस्तू आजूबाजूला नसून आपल्या जाणिवेतच आहेत, अशी कल्पना करा. या वस्तूंचा आपल्या शरीराशी मानसिक संबंध प्रस्थापित करून, त्या आपल्या वैश्विक शरीराचा भाग आहेत, असे ओळखा. आपल्या जाणिवेतच खोलीतील सर्व वस्तू आहेत, याचा अनुभव घ्या. आता खोलीतील कोणत्याही वस्तूचा विचार करता येतो का पहा/तपासा. याचे उत्तर हो असेल, तर वरील प्रक्रिया पुन्हा करा, जोवर या प्रश्नाचे उत्तर नाही असे येत नाही तोवर. याचे उत्तर नाही असे असेल, तरच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा २ - वरील प्रमाणे मनात सर्व खोल्या आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेली संपूर्ण बिल्डींग आणा. जेव्हा बिल्डींग विषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ३ - वरील प्रमाणे मनात सर्व शहर आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेले संपूर्ण शहर आणा. जेव्हा शहराविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ४ - वरील प्रमाणे मनात सर्व महाराष्ट्र राज्य आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेले संपूर्ण महाराष्ट्र राज्य आणा. जेव्हा महाराष्ट्र राज्याविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ५ - वरील प्रमाणे मनात सर्व भारत देश आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेला संपूर्ण भारत देश आणा. जेव्हा भारत देशाविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ६ - वरील प्रमाणे मनात सर्व पृथ्वी आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेल्या संपूर्ण पृथ्वीला आणा. जेव्हा पृथ्वीविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ७ - वरील प्रमाणे मनात सर्व सूर्यमाला आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेली संपूर्ण सूर्यमाला आणा. जेव्हा सूर्यमालेविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ८ - वरील प्रमाणे मनात सर्व आकाशगंगा आणून आपल्या जाणीवेत तुम्ही असलेली संपूर्ण आकाशगंगा आणा. जेव्हा आकाशगंगेविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच पुढच्या टप्प्याकडे जा.

ध्यान १ टप्पा ९ - वरील प्रमाणे आपली जाणीव तुम्ही पूर्ण विश्र्वभर पसरवा. मी स्वत: ते सार्वत्रिक अस्तित्वच आहे, असेच समजा/मनन-चिंतन करा, अनुभवा. या सार्वत्रिक अस्तित्वाचा उजवा डोळा म्हणजे सूर्य, डावा डोळा म्हणजे चंद्र, दोन्ही पाय म्हणजे पृथ्वी, डोके म्हणजे स्वर्ग, हात म्हणजे पंचमहाभूते इत्यादि. अशा वर्णनाचे सार्वत्रिक अस्तित्व म्हणजे माझे शरीर आहे असे समजा/मनन-चिंतन करा, अनुभवा की सर्व विश्र्व तुम्हीच निर्माण केलेले आहे. आपल्या जाणीवेत तुम्ही विश्र्वाचे

निर्माते व्हा व विश्र्व तुमच्यातच आहे असे अनुभवा. जेव्हा विश्र्वाविषयी किंवा त्यातील कोणत्याही वस्तू/व्यक्ती विषयी मनात विचार येत नसेल, तेव्हाच हे ध्यान पूर्ण होईल.

यानंतर जेव्हा तुम्हाला तुमच्यासमोर हे अफाट विश्व दिसेल, तेव्हा विश्वाच्या त्या भागाशी संबंधित असलेला तुमच्या शरीराचा भागच पाहावा. सूर्याकडे बघताना आपला उजवा डोळा बघावा/लक्षात घ्यावा. वर स्वर्गाकडे बघताना आपले डोके बघावे/लक्षात घ्यावे. इतर लोकांच्या हालचाली बघताना आपल्या व्यक्तिमत्वातील विविध भाग बघावे/लक्षात घ्यावे. विश्वातील अफाट वारा म्हणजे आपला श्वास आहे. आपल्या सर्व क्रिया म्हणजे विश्वाची हालचाल आहे. या विश्वातील कोणतीही वस्तू हालते, ती माझ्याच क्रियेमुळेच. माझा श्वास म्हणजे विश्वाची जीवनाला अत्यावश्यक शक्ती आहे. माझी बुध्दी म्हणजे विश्वाची बुध्दी आहे. माझे अस्तित्व म्हणजे विश्वाचे अस्तित्व आहे. माझा आनंद म्हणजे विश्वाचा परमानंद आहे. हे सर्व सतत अनुभवा.

अशा रीतीने, बाहय विश्र्वात दिसणारी सर्व रूपे, त्या रुपांच्या सर्व हालचाली/क्रिया/कृती, प्रक्रिया, संबंध हे सर्व काही वैश्विक शरीराचे/पुरूषाचे भागच/अंगच होतात; आणि स्वत:ची जाणीव ही त्या वैश्विक पुरूषाचीच जाणीव आहे, असे ओळखावे/समजावे. असे जेव्हा खरोखर होईल, तेव्हा साधकाचा विचार हा विश्वातील सर्व गोष्टींबाबतच असेल, तो दाही दिशांनी केलेला असेल असे नाही, तर तो विचार प्रत्येक मार्गाचा/रस्त्याचा/गल्लीचा केलेला विचार असेल.

छांदोग्य उपनिषदात या वैश्वानर विद्येच्या माहितीचा शेवट करताना असे म्हटले आहे की, 'या पध्दतीने जो साधक, त्याच्या वैश्विक व्यक्तिमत्वावर म्हणजे "वैश्वानरावर" ध्यान करतो, तो साधक सर्व मनुष्यांच्या उदरनिर्वाहाचा स्त्रोत बनतो'. जशी सर्व लहान मुले भुकेली असताना, अन्न मागत, त्यांच्या आईच्या सभोवताली बसतात, तसेच अशा साधकाभोवती या विश्र्वातील सर्व मनुष्ये, त्याच्याकडून आशीर्वाद मिळविण्याची तीव्र इच्छा ठेवून गोळा होतात. आणखी जसे शरीराने अन्नग्रहण केल्यावर त्या शरीराच्या सर्व भागांचे एकदम पोषण होते, तसेच अशा साधकाने अन्नग्रहण केल्यावर, तो साधक लगेचच त्याचे आशीर्वाद सर्व विश्र्वाला देतो, कारण असा साधकाचे अस्तित्व सर्वांगीण/वैश्विक झालेले असते.

आपल्याला भगवान श्रीकृष्णांची, या संदर्भातील खालील कथा नक्कीच आठवत असेल - जेव्हा काम्यका नावाच्या जंगलात, पांडवांसह राहात असताना द्रौपदीने, दुर्वास मुनिंच्या कोपापासून वाचविण्यासाठी श्रीकृष्णांची प्रार्थना केली होती. थाळीत राहिलेला अन्नाचा एक कण द्रौपदीच्या हातून घेऊन श्रीकृष्णांनी खाल्ला, ज्यामुळे अखिल विश्वाचे पोषण/संतुष्टीकरण झाले व दुर्वास मुनिंच्या कोपापासून ती बचावली. कारण श्रीकृष्णांनी त्या वेळी विराट/वैश्विक पुरूषाशी तादात्म्यता साधली होती. तसेच हे ही खरे आहे की, जेव्हा कोणताही एखादा साधक त्या विराट/वैश्विक पुरूषावर ध्यान करायला लायक होतो/ध्यान करू शकतो; तेव्हा तो साधक स्वत: विराट/वैश्विक पुरूषच बनतो.

अशा साधकाशी सर्व विश्व मैत्रीचे संबंध प्रस्थापित करते. सर्व अस्तित्वे या विराट/वैश्विक पुरूषच बनलेल्या साधकाकडून उदरनिर्वाहाची व आशीर्वादाची मागणी करतील. असा साधक मनुष्यच न राहता, तो स्वत: खरोखर परमेश्वरच बनतो. 'वैश्वानर' विद्येप्रमाणे वैश्वानरावर ध्यान करून साधक स्वत: 'वैश्वानर' किंवा सर्वोच्च 'विराट पुरूष' च बनतो.

ॐ प्रस्तावना

मनु स्मृती, महाभारत, पुराणे व उपनिषद या सर्वांनी ॐ चे नैसर्गिक गुणधर्म, जडण घडण, रचना व गौरव/प्रतिष्ठा/किर्ती वर्णन केली आहे. ती थोडक्यात खालीलप्रमाणे -

ब्रह्माने ॐ च्या सहाय्याने या विश्र्वाची रचना केली. ॐ जे अ, ऊ व म या तीन अक्षरांनी बनलेले आहे, त्यापासून ३ व्याधुती निर्माण झाल्या : भू:, भुव:, स्व:. या ३ व्याधुर्तीपासून, गायत्री मंत्राचे ३ पाद निर्माण झाले. गायत्री मंत्राच्या ३ पादांपासून पुरूष-सुक्ताचे ३ भाग व त्याचा अर्थ निर्माण झाला. पुरूष-सुक्ताच्या अर्थापासून वेद व त्यातील मंत्रांचे अर्थ निर्माण झाले. वेद व त्यातील मंत्रांच्या अर्थापासून ब्रह्माने हे विश्र्व निर्माण केले. असे वर्णन शास्त्रात/धर्मग्रंथात केले आहे.

ॐ हा केवळ जप/उद्घोष नाही, तर तो ब्रह्माचा श्वासच आहे, एवढेच नाही तर ॐ हे ब्रह्माचे सृष्टी-निर्मितीतील सर्वसमावेषक कंपनच आहे इतके ॐ चे महत्व आहे. जेव्हा साधक ॐ चा जप/उद्घोष करतो, तेव्हा साधक त्याच्या स्वत:मध्ये असे सर्वसमावेषक कंपन निर्माण करण्याचा प्रयत्न करतो, ज्याच्याविषयी ॐ च्या वैश्र्विक सर्वसमावेषक कंपनाला सहानुभूती असल्याने, त्या क्षणापुरता साधक, त्या वैश्र्विक कंपनाच्या सुरांशी त्याचे सुर जुळवितो. म्हणून साधक ॐ च्या जपाने/उद्घोषाने विश्र्वाच्या प्रवाहात वहात राहतो. ॐ मुळे साधकाच्या शारीरिक व मानसिक प्रणालीशी सुसंवादी कंपने निर्माण होतात. बाह्य जगापासून स्वत:ला विलग न करता, साधक प्रचलित वैश्र्विक प्रवाहाबरोबर राहतो.

सर्व जीव जे साधारणपणे, मी या संपूर्ण विश्र्वात एकटा/वेगळा/स्वतंत्र आहे असा विचार करतात; ॐ चा जप/उद्घोष केल्याने ते सर्व जीव, एकट्या मीऐवजी, संपूर्ण विश्र्वाचा निर्माता जो ईश्र्वर तोच मी आहे, असा विचार करू लागतात. या विश्र्वातील एकमेकांपासून विभक्त असलेल्या वस्तूंशी असलेल्या संबंधांवर विचार करण्याऐवजी, जीव मी तो ईश्र्वरच आहे या भावनेत गेल्याने, कोणत्याही वस्तूबाबत विचार करत नाही. ईश्र्वराच्या दृष्टीने त्याच्याखेरीज दुसरे काहीच अस्तित्वात नसल्याने, तो कोणताही विचारच करत नाही. एखादा विचार त्याच्याविषयी विचार करतो, असे ते भासते. आपल्याला अशी कल्पना करणे शक्य आहे काय? हा ईश्र्वराचाच विचार आहे. जेव्हा एक विचार वस्तूविषयी विचार करतो, तेव्हा तो जिवाचा विचार असतो. जेव्हा एक विचार फक्त स्वत:विषयी विचार करतो, तेव्हा तो ईश्र्वराचा विचार असतो, ती ईश्र्वराची इच्छा असते. जेव्हा ॐ चे वरील प्रमाणे खरे स्वरूप/खरा गर्भितार्थ लक्षात घेऊन साधक ॐ चा जप/उद्घोष करतो, साधक इतर कोणत्याही विशिष्ट गोष्टीचा विचार करत नाही, तो सर्व गोष्टींचा एकत्रित विचार करतो, तसाच ईश्र्वराचाच विचार असतो. त्या वेळी साधकाऐवजी तो ईश्र्वरच साधकाच्या मनातून विचार करत असतो. त्या वेळी जीव स्वत:ची

वेगळी व्यक्ती अशी ओळख विसरतो. तो त्या वेळी स्वत:सिध्द असा ईश्र्वरच असतो, जो नेहमी स्वत:च्या उंचीत/बांध्यात/नैतिक पातळीत, मनात व स्थितीतच असतो. तो अनेक वस्तूंपैकी एक अशा प्रकारे अस्तित्वात नसतो. सर्व जीव नेहमी इतर वस्तूंच्या संबंधाच्या रूपात स्वत:चे अस्तित्व जाणतात. याउलट ईश्र्वर कधीही इतर वस्तूंच्या संबंधाच्या रूपात स्वत:चे अस्तित्व जाणत नाही. सर्व साधकांना ईश्र्वराचा किंवा ब्रह्माचा शोध घ्यायचा असतो आणि विश्र्वाच्या नैसर्गिक गुणधर्मांच्या स्वरुपात जगायचे असते, ॐ ह्यासाठीच सहाय्य करतो.

ॐ चा जप कसा करावा? ॐ चा मंत्र कसा म्हणावा? ही शंका मनात येऊ शकेल. आपण ॐ ची भव्यता/सौंदर्य/थाटमाट वर पाहीला, पण ॐ चा उच्चार/जप कसा करावा? ॐ चा उच्चार/जप करताना कोणता विचार करावा, विचार करावा की नाही? सर्वसाधारण पध्दतीत असे सांगतात की, ॐ चा उच्चार आखूड/लहान नसावा किंवा तो खूप दीर्घ/मोठाही नसावा. उच्चाराचे ३ प्रकार असतात : आखूड/लहान, मध्यम व दीर्घ/मोठा. पण प्रत्यक्ष ॐ चा उच्चार करताना मध्यम पध्दतीने किंवा मध्यम मात्रेएवढा करावा असे स्वामी कृष्णानंद सांगतात. जेव्हा साधक एका हाताची मूठ वळून, ती हाताची मूठ त्याच्या गुडघ्याभोवती फार हळू नाही किंवा फार सावकाश नाही अशा मध्यम गतीने फिरवितो, व एक फेरी/वर्तुळ पूर्ण झाल्यावर पाची बोटे उघडतो, तेवढ्या वेळाला एक मात्रा असे म्हणतात. असे सलगपणे दोन वेळा केल्यावर दोन मात्रा एवढा वेळ होतो. असे सलगपणे तीन वेळा केल्यावर तीन मात्रा एवढा वेळ होतो. एका मात्रेएवढ्या वेळाला लघु मात्रा म्हणतात. दोन मात्रांएवढ्या वेळाला मध्यम मात्रा म्हणतात. तीन मात्रांएवढ्या वेळाला दीर्घ मात्रा म्हणतात. साधकाने यापैकी त्याला कोणती मात्रा सोयीस्कर/सुखावह आहे हे ठरवून/ओळखून त्या मात्रेएवढ्या वेळात ॐ चा उच्चार करावा. या बाबतीत कोणतीही जबरदस्ती नाही. साधकाला जी मात्रा सोयीस्कर/सुखावह, अमलात आणता येईल अशी वाटेल, त्याच्या स्वभावाला मान्य/सोयीस्कर होईल अशी मात्रा ॐ च्या उच्चारासाठी निवडावी.

प्रश्न - ॐ चा उच्चार/जप करताना साधकाने कोणता विचार करावा, विचार करावा की नाही?

उत्तर - साधना सुरू करण्यापूर्वी या संदर्भात श्रीमद् भगवद् गीतेतील दुसऱ्या अध्यायातील ७० वा श्लोक लक्षात घ्यावा/आठवावा जो खाली दिला आहे:

१३० 卐 श्रीमद्भगवद्गीता 卐 [अध्याय २

आपूर्यमाणमचलप्रतिष्ठं समुद्रमापः प्रविशन्ति यद्वत्।
तद्वत्कामा यं प्रविशन्ति सर्वे स शान्तिमाप्नोति न कामकामी॥ ७०॥

यद्वत् = जसे
आपः = (संपूर्ण नद्यांचे) जल
आपूर्यमाणम् = चारी बाजूंनी पाण्याने परिपूर्ण असलेल्या
समुद्रम् = समुद्रात
प्रविशन्ति = येऊन मिळते (परंतु)
अचल प्रतिष्ठम् = (समुद्र आपल्या मर्यादेत) अचल स्थित राहतो,
तद्वत् = तसेच
सर्वे = संपूर्ण
कामाः = भोग-पदार्थ
यम् = ज्या संयमी मनुष्याला (विकार उत्पन्न न करताच)
प्रविशन्ति = प्राप्त होतात,
सः = तो मनुष्य
शान्तिम् = परमशांतीला
आप्नोति = प्राप्त होतो,
कामकामी = भोगांची कामना करणारा
न = नव्हे.

ध्यान २ : पदार्थांच्या नद्या व सागर

<u>ध्यान २ टप्पा १</u> - वर सांगितल्याप्रमाणे योग्य त्या मात्रेत ॐ च्या जपाने/उदघोषाने सुरवात करा.

<u>ध्यान २ टप्पा २</u> - साधकाने अशी कल्पना करावी की तो स्वत: एक असा समुद्र आहे, ज्याच्यामध्ये प्रत्येक वस्तूने भरलेली एक नदी, अशा सर्व वस्तूंनी भरलेल्या अनेक नद्या येऊन मिसळत आहेत किंवा एकरूप होत आहेत. या नद्यांच्या वाहण्याच्या मागे ॐ ची शक्तीच आहे याचे भान असू द्यावे.

<u>ध्यान २ टप्पा ३</u> - काही वेळ वरील प्रमाणे ध्यान केल्यावर नंतर अशी कल्पना करा की कोणतीही वस्तू नाही, कोणतीही नदी नाही. फक्त तुम्ही एक अथांग सागर आहात - शांत, स्तब्ध, हालचाल रहीत, केवळ परमानंदाचा अमर्यादीत साठा. वरील प्रमाणे भावनाही मनात आणा, ज्याची कल्पना साधकाने स्वत: करावी, त्याचे वर्णन करणे शक्य नाही. प्रत्येक साधकाने स्वत:ची अशी कल्पना करावी.

<u>परिणाम</u> - ॐ चा उच्चार/जप करत, वरील प्रमाणे भावना जर मनात सतत पाच मिनिटेही टिकून राहू शकली तर तुम्ही या ध्यानाने येणाऱ्या अनुभवांची लेखी नोंद करा. आणि मला (कृष्णानंद स्वामींना) सांगा की तुमच्यात काही फरक पडला की नाही ते. कृष्णानंद स्वामींच्या मते, तुमच्यात फरक पडेलच/बदल होईलच. जर ईश्र्वराच्या कृपेने रोज चिकाटी/सहनशीलता ठेवून अर्धा तास याप्रमाणे साधक ॐ ची साधना करू शकला तर त्याने असे समजावे की त्याला सामान्य साधकाच्या तुलनेत ईश्र्वराचे तीनपट आशीर्वाद आहेत किंवा कृपा आहे.

या साधनेने सर्व विश्र्वच त्या साधकात समाविष्ट/एकरूप होते आणि <u>बाहेर सतावायला/हैराण करायला विश्र्वच उरत नाही</u>! विश्र्व किंवा संसार म्हणजे चारी बाजूंनी सतावणारे जाळेच आहे. हे जाळे म्हणजे वर उल्लेख केलेल्या अनेक नद्यांचे प्रवाहच होत, जे एका वैश्र्विक अस्तित्वात एकरूप होण्यासाठी धावत आहेत. साधक या अनेक नद्यांच्या प्रवाहांना गिळून त्याच्या सार्वत्रिक असलेल्या हृदयात स्थिर करतो. या अनेक नद्यांच्या प्रवाहांची गर्जना नाहीशी होते, जेव्हा ते प्रवाह शांत असलेल्या समुद्रात शिरतात. संसाराचा सर्व त्रास/उद्वेग/राग नाहीसा होतो, जेव्हा सर्व संसार त्यातील त्रासांसह/उद्वेगांसह/रागासह पवित्र, सार्वत्रिक अशा साधकाच्या अस्तित्वात प्रवेश करतो.

ध्यान ३ : जीव ते शिव/ईश्वर/ब्रह्म

साधकाने ॐ च्या उद्घोषात/जपात वाहात जाऊन ईश्र्वराच्या अस्तित्वात एकरूप व्हावे, जसे सर्व नद्या समुद्राच्या हृदयात वाहात जाण्याचा प्रयत्न करतात. आपण सर्व जीव त्या नद्यांसारखे/प्रवाहांसारखे आहोत जे समुद्राशी एकरूप होण्यासाठी घाई घाईने पुढे धावत असतात. जसे त्या नद्या/प्रवाह, त्यातील पाण्याच्या नैसर्गिक प्रवृत्तीच्या/कलेच्या प्रभावाने, समुद्राशी एकरूप होतात; तसेच आपण सर्व जीव ॐ मधील कंपनांच्या प्रभावाने ईश्र्वराच्या वैश्र्विक/सर्वसमावेषक रूपात प्रवेश करू शकतो.

<u>ध्यान ३ टप्पा १</u> - वर सांगितल्याप्रमाणे योग्य त्या मात्रेत ॐ च्या जपाने/उदघोषाने सुरवात करा.

<u>ध्यान ३ टप्पा २</u> - साधकाने अशी कल्पना करावी की ईश्र्वर एक अमर्याद समुद्र आहे. या विश्र्वातील सर्व अचल वस्तू/वनस्पती/प्राणी/जीव प्रत्येकी एका नदीत भरलेले असून या सर्व चारी नद्या येऊन त्या ईश्र्वररूपी अमर्याद समुद्रात मिसळत आहेत किंवा एकरूप होत आहेत. या नद्यांच्या वाहण्याच्या मागे ॐ ची शक्तीच आहे.

ध्यान ३ टप्पा ३ - काही वेळ वरील प्रमाणे ध्यान केल्यावर नंतर साधकाने अशी कल्पना करावी की तो जीवांनी भरलेल्या नदीत आहे आणि ती नदी प्रचंड वेगाने ईश्र्वररूपी अमर्याद समुद्रात मिळण्यासाठी वाहात आहे.

ध्यान ३ टप्पा ४ - काही वेळ वरील प्रमाणे ध्यान केल्यावर नंतर साधकाने अशी कल्पना करावी की ती जीवांनी भरलेली नदी प्रचंड वेगाने ईश्र्वररूपी अमर्याद समुद्रात मिसळत आहे.

ध्यान ३ टप्पा ५ - काही वेळ वरील प्रमाणे ध्यान केल्यावर नंतर साधकाने अशी कल्पना करावी की ती जीवांनी भरलेली नदी ईश्र्वररूपी अमर्याद समुद्राशी पूर्णपणे एकरूप झालेली आहे. सर्व जीव हे ईश्र्वरच/ब्रह्मच/शिवच झाले आहेत. सर्वकाही ईश्र्वरच/ब्रह्मच/शिवच आहे, वेगळे काहीच नाही. ईश्र्वरच/ब्रह्मच/शिवच शिवाय दुसरे काहीच नाही. सर्वकाही ईश्र्वरच/ब्रह्मच/शिवच.

वरील प्रमाणे प्रत्येक टप्प्यात तशी भावनाही मनात आणावी, त्याचे अधिक वर्णन करणे शक्य नाही. प्रत्येक साधकाने स्वत:ची अशी कल्पना करावी.

सर्व ध्यानांसाठी - आपल्यातील बदलाचे परिणाम लिहून ठेवावेत.